

# 2021 遊・Uクラブ

## パンチングフィットネス(全38回)

<p>2021 4月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td></td></tr> <tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td></td></tr> <tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td></td></tr> <tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td></tr> </table>						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		11	12	13	14	15	16	17		18	19	20	21	22	23	24		25	26	27	28	29	30			<p>5月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td></td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td></td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td></td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td></td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>								1	2	3	4	5	6	7	8		9	10	11	12	13	14	15		16	17	18	19	20	21	22		23	24	25	26	27	28	29		30	31							<p>6月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>									1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12							13	14	15	16	17	18	19							20	21	22	23	24	25	26							27	28	29	30										<p>7月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>														1	2	3	4	5	6	7	8	9	10										11	12	13	14	15	16	17										18	19	20	21	22	23	24										25	26	27	28	29	30	31																																																																																																																																																																																																																																																
					1	2	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
4	5	6	7	8	9	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
11	12	13	14	15	16	17																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
18	19	20	21	22	23	24																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
25	26	27	28	29	30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
							1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
30	31																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
								1	2	3	4	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
6	7	8	9	10	11	12																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
13	14	15	16	17	18	19																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
20	21	22	23	24	25	26																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
27	28	29	30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
													1	2	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
4	5	6	7	8	9	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
11	12	13	14	15	16	17																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
18	19	20	21	22	23	24																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
25	26	27	28	29	30	31																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
<p>8月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																	1	2	3	4	5	6	7										8	9	10	11	12	13	14										15	16	17	18	19	20	21										22	23	24	25	26	27	28										29	30	31														<p>9月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																																																	5	6	7	8	9	10	11										12	13	14	15	16	17	18										19	20	21	22	23	24	25										26	27	28	29	30												<p>10月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																																																	3	4	5	6	7	8	9										10	11	12	13	14	15	16										17	18	19	20	21	22	23										24	25	26	27	28	29	30										31																<p>11月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																																																	7	8	9	10	11	12	13										14	15	16	17	18	19	20										21	22	23	24	25	26	27										28	29	30																													
1	2	3	4	5	6	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
8	9	10	11	12	13	14																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
15	16	17	18	19	20	21																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
22	23	24	25	26	27	28																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
29	30	31																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
26	27	28	29	30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
3	4	5	6	7	8	9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
10	11	12	13	14	15	16																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
17	18	19	20	21	22	23																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
24	25	26	27	28	29	30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
31																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
7	8	9	10	11	12	13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
14	15	16	17	18	19	20																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
21	22	23	24	25	26	27																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
28	29	30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
<p>2021 12月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																																																	5	6	7	8	9	10	11										12	13	14	15	16	17	18										19	20	21	22	23	24	25										26	27	28	29	30	31											<p>2022 1月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																																																	2	3	4	5	6	7	8										9	10	11	12	13	14	15										16	17	18	19	20	21	22										23	24	25	26	27	28	29										30	31															<p>2月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>27</td><td>28</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																																																	6	7	8	9	10	11	12										13	14	15	16	17	18	19										20	21	22	23	24	25	26										27	28															<p>3月</p> <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																																																	6	7	8	9	10	11	12										13	14	15	16	17	18	19										20	21	22	23	24	25	26										27	28	29	30	31											
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
26	27	28	29	30	31																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
30	31																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
6	7	8	9	10	11	12																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
13	14	15	16	17	18	19																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
20	21	22	23	24	25	26																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
27	28																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
6	7	8	9	10	11	12																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
13	14	15	16	17	18	19																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
20	21	22	23	24	25	26																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
27	28	29	30	31																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															

■ は休館日。

□ は17時まで。

□ 集金日