

2024.05

・★印のイベントは主催者に直接お問い合わせください。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2 ★10:00— ローラーピラティス ★11:00— Adidas yoga	3 定休日	4 定休日
5 定休日	6 定休日	7 ★10:00— アロマYOGA	8 ・10:00— ココロヨガ	9 ★10:00— ピラティス ★11:00— mamaピラティス	10 ★19:00— ストレッチ&マッ サージ	11
12 定休日	13 ★10:00— ストレッチyoga ★11:00— mamaヨガ ★19:00— ローラーピラティス	14 ★10:00— 脂肪燃焼トレ	15	16 ★10:00— ローラーピラティス ★11:00— Adidas yoga	17 ★10:00— マタニティYOGA ★19:00— リラックスヨガ	18 ・10:00— キレイフローヨガ ・11:10— FRピラティス&スト レッチ
19 定休日	20 ★10:00— ストレッチyoga ★11:00— ローラーピラティス ★19:00— ピラティス	21 ★10:00— 肩こり解消 YOGA	22 ・10:00— ココロヨガ	23 ★10:00— ピラティス ★11:00— mamaピラティス	24 ★19:00— リラックスヨガ	25
26 定休日	27 ★10:00— ストレッチ&マッ サージ ★11:00— アクティブyoga ★19:00— ローラーピラティス	28 ★10:00— 背中美人トレ	29 ・10:00— ココロヨガ	30 ★10:00— ローラーピラティス	31 ★19:00— Wリラックスヨガ	

★レッスン担当 Ryoko Natsumi Takako Ayaka Kaori