

MON			TUE			WED			THU			FRI			SAT			SUN																				
																		1																				
																		10:00	リフレッシュヨガ	SAE																		
																		2			3			4			5			6			7			8		
9:30	BurnG	SAKI				10:00	BurnG	SAKI							9:30	ヨガ棒	CHIHOCO																					
11:00	コンディショニング	TOSHIKO	10:30	AntiGravity	misayo	11:30	TRX (40分)	KANA							10:00	リフレッシュヨガ	SAE																					
			12:30	コンディショニング	YOKO				11:30	AntiGravity	YUKI				11:30	BurnG	NATSUMI																					
14:00	ピラティス	SAKI				13:00	美姿勢ヨガ	asami							12:30	BurnG	NATSUMI																					
			18:30	ベーシックヨガ	AKIKO	18:30	リラックスヨガ	SAE																														
20:00	TRX (40分)	YOKO	20:00	BurnG	NATSUMI	20:00	TRX (40分)	Licca	20:00	ピラティス	SAKI																											
9			10			11			12			13			14			15																				
9:30	マットピラティス	CHIHOCO							10:00	BurnG	SAKI	9:30	マットピラティス	CHIHOCO	10:00	ハタヨガ	hiroko																					
11:00	コンディショニング	TOSHIKO	10:30	AntiGravity	misayo										11:30	リストラティブヨガ	hiroko																					
			12:30	コンディショニング	YOKO				11:30	AntiGravity	YUKI							リストラティブヨガ+550円																				
						13:00	美姿勢ヨガ	asami							16:00	ディーメイク&リリ	YOKO																					
18:30	ヨガ棒	CHIHOCO	18:30	ベーシックヨガ	AKIKO	18:30	リラックスヨガ	SAE	18:30	ヨガ棒	CHIHOCO																											
20:00	TRX (40分)	YOKO	20:00	AntiGravity	CHIHOCO	20:00	TRX (40分)	Licca	20:00	ピラティス	SAKI																											
16			17			18			19			20			21			22																				
9:30	ヨガ棒	CHIHOCO	10:00	BurnG	SAKI				10:00	BurnG	SAKI							10:00	リフレッシュヨガ	SAE																		
11:00	コンディショニング	TOSHIKO				11:00	ピラティス	KANA																														
			12:30	コンディショニング	YOKO				11:30	AntiGravity	YUKI																											
14:00	ピラティス	SAKI				13:00	美姿勢ヨガ	asami							16:00	ディーメイク&リリ	YOKO																					
						18:30	リラックスヨガ	SAE																														
20:00	BurnG	NATSUMI	20:00	ヨガ棒	CHIHOCO	20:00	TRX (40分)	Licca	20:00	ピラティス	SAKI																											
23			24			25			26			27			28			29																				
			10:00	BurnG	SAKI							9:30	ヨガフロー	CHIHOCO	9:30	ヨガ棒	CHIHOCO	10:00	BurnG	NATSUMI																		
11:00	コンディショニング	TOSHIKO													11:00	マットピラティス	CHIHOCO																					
			12:30	コンディショニング	YOKO				11:30	AntiGravity	YUKI																											
14:00	ピラティス	SAKI													16:00	ディーメイク&リリ	YOKO																					
			18:30	ベーシックヨガ	AKIKO	18:30	リラックスヨガ	SAE	18:30	ヨガ棒	CHIHOCO																											
20:00	TRX (40分)	YOKO	20:00	AntiGravity	CHIHOCO	20:00	TRX (40分)	Licca	20:00	ピラティス	SAKI																											