

	月	火	水	木	金	土	日			
6:00		<p style="text-align: center;">「HAVE A NICE BABY」キャンペーン! 指定日のレッスンを550円でご参加いただけます。 会員様はもちろんビジターも可能です。ご予約お待ちしております♡ 9/6(火) マタニティヨガ 13:30-14:30 9/20(火) マタニティヨガ 13:30-14:30</p>					6:00			
7:00										
8:00										
9:00	9:30-10:30 MANA ママシェイプ	9:00-10:00 あい 骨盤エクササイズ	9:00-10:00 めぐみ OHAヨガ ↑14日 アロマヨガ あい	10:00-11:00 横山佐江子 meguriヨガ	9:30-10:30 児玉ちあき ピラティス	7:45-8:45 あい OHAヨガaroma ↑3日24日 休講 ↑10日 MACHIKO	8:15-9:15 あい OHAヨガ ↑25日 MACHIKO			
10:00		10:30-11:30 あい アロマヨガ	10:30-11:30 あい 21日 ママシェイプ ↑14日 骨盤エクササイズ あい	11:30-12:30 寺内めぐほ 8日22日 美脚美尻	10:45-11:45 児玉ちあき バレエ Barre	9:10-10:10 あい 骨盤エクササイズ ↑3日24日 休講 ↑10日 MACHIKO	9:45-10:45 あい ピラティス ↑25日 MACHIKO			
11:00	11:00-12:00 KYOKO ヒーリングヨガ ↑12日 休講	12:00-13:00 あい バレトン	12:00-13:00 寺田ひろこ フラ グレイシャス ↑28日 休講	12:45-13:45 寺内めぐほ 8日22日 バレエ Centre	11:55-12:55 児玉ちあき バレエ Centre	子供バレエスクール (リトル I 10:30-11:15) (キッズ11:30-12:30) 7,370円/月	11:15-12:15 AYAKO リズムシェイプ			
12:00	12:30-13:30 Kasumi ピラティス	13:30-14:30 あい マタニティヨガ ↑6日20日 550円レッスン	13:15-14:15 寺田ひろこ フラダンス	14:00-15:00 MANA ↑1日15日 ビューティボディメイク		12:50-13:50 MANA バレエ de エクササイズ	12:35-13:35 AYAKO コンディショニングストレッチ			
13:00	13:50-14:50 Kasumi ペルビスインナー	15:10-16:10 寺内めぐほ バレエ	14:45-15:45 あい ボールdeピラティス			子供バレエスクール (リトル II 14:15-15:00)	14:10-15:10 あい 腸活ヨガ ↑25日 休講			
14:00		子供バレエスクール (キッズ16:30-17:30) (ジュニア 17:40-18:40) 7,370円/月	子供バレエスクール (リトル16:45-17:30) (キッズ17:40-18:40) (ジュニア18:50-19:50) 7,370円/月	<p style="text-align: center;">大人の バレエスクール 【月2回 全6回】</p> 次回7~9月期 第1・3(木) 11:30-13:00 MANA 先着6名 会員¥13,200 非会員¥26,400		15:50-16:50 あや リンパヨガ ↑3日 骨盤エクササイズ あい	15:35-16:35 週替わりレッスン ↑4日 ボールdeピラティス あい ↑18日 骨盤エクササイズ あい			
15:00		19:00-20:00 あい 20日のみ 陰ヨガリラククス								
16:00										
17:00	19:50-20:50 Kumi リフレッシュヨガ		20:15-21:15 あい ピラティス		19:30-20:30 あい バレトン ↑9日 休講					
18:00					20:45-21:45 あい アロマヨガ ↑9日 休講					
19:00										
20:00										
21:00										
22:00										

