

	5 金	7 日	月	火	水	木	金	土	日			
6:00				<p>「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♡ 5/9(火) マタニティヨガ 13:30-14:30 5/30(火) マタニティヨガ 13:30-14:30</p>						6:00		
7:00												7:00
8:00											7:45-8:45 あい OHAヨガaroma ↑20日 休講 ↑13日 MACHIKO	8:15-9:15 あい OHAヨガ ↑7日 休講 ↑21日 MACHIKO
9:00	9:30-10:30 AYAKO リズムシェイプ	9:30-10:30 あい ピラティス	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 ↑2日23日 休講	9:00-10:00 あい リフレッシュヨガ ↑17日 休講	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 ↑5日 休講	9:10-10:10 あい 骨盤エクササイズ ↑20日 休講 ↑13日 MACHIKO	9:45-10:45 あい ピラティス ↑7日 休講 ↑21日 MACHIKO	9:00		
10:00				10:30-11:30 あい アロマヨガ ↑2日23日 休講 ↑16日 ベビーマッサージ	10:30-11:30 あい ママシェイプ(子連れ会員受け放題) ↑17日 休講		10:45-11:45 児玉ちあき バレエ Barre ↑5日 休講	11:15-12:15 AYAKO リズムシェイプ ↑7日 休講		10:00		
11:00	10:50-11:50 AYAKO コンディショニングst	11:00-12:00 あい リフレッシュヨガ	11:00-12:00 KYOKO ヒーリングヨガ ↑1日 休講	12:00-13:00 あい バレトン ↑2日23日 休講	12:00-13:00 寺田ひろこ エンジョイフラダンス ↑31日 休講	11:30-12:30 寺内めぐほ ↑11日25日 美脚美尻	11:55-12:55 児玉ちあき バレエ Centre ↑5日 休講	7,920円/月	11:15-12:15 AYAKO リズムシェイプ ↑7日 休講	11:00		
12:00		12:30-13:30 あい 骨盤エクササイズ		13:30-14:30 あい マタニティヨガ ↑2日23日 休講 ↑9日30日 550円レッスン	13:15-14:15 寺田ひろこ フラダンス	12:45-13:45 寺内めぐほ ↑11日25日 バレエ Centre		12:50-13:50 MANA バレエ de エクササイズ ↑7日 休講	12:35-13:35 AYAKO コンディショニングストレッチ ↑7日 休講	12:00		
13:00		14:00-14:40 あい シェイプアジリティ		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 ↑17日1500-ピラティス児玉ちあき	13:20-14:20 MANA ↑18日ビューティボディメイク		15:40-16:40 あい リフレッシュヨガ ↑20日27日 休講	14:10-15:10 あい 腸活ヨガ ↑7日 21日 休講	13:00		
14:00		15:00-16:00 あい 腸活ヨガ		子供バレエスクール (キッズ16:30-17:30) (ジュニア 17:40-18:40) 7,920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) 7,920円/月		17:00-18:00 あい 陰ヨガリラククス ↑20日 休講	15:35-16:35 週替わりレッスン ↑14日 ヨガwithヨガボード あい ↑28日 ヨガwithヨガボード あい		14:00		
15:00	17:00-18:00 あい 陰ヨガリラククス			19:00-20:00 あい 30日のみ 陰ヨガリラククス						15:00		
16:00										16:00		
17:00										17:00		
18:00										18:00		
19:00										19:00		
20:00										20:00		
21:00										21:00		
22:00										22:00		

**大人の
バレエスクール
【月2回 全6回】**
 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



休館日 3(水)、6(土)