

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				10:30～(50分)定員:22 ブルーAQUAZUMBA 講師：吉浦 美智子	10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：笹島 里映子	10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：笹島 里映子
				14:30～(50分)定員:15 ピラティス 講師：伊藤 由希子	15:30～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：吉浦美智子	14:30～(50分)定員:17 ピラティス 講師：小野 徹平
				19:10～(50分)定員:18 ポルドブラ 講師：笹島 里映子	19:10～(50分)定員:18 strongnation 講師：野岸 靖憲	16:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：上田 真理
5	6	7	8	9	10	11
10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：小島 友紀	10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：小島 友紀	10:30～(50分)定員:16 バランスボール 講師：吉浦 美智子		10:30～(50分)定員:22 ブルーAQUAZUMBA 講師：吉浦美智子	10:30～(50分)定員:18 ポルドブラ 講師：笹島 里映子	10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：笹島 里映子
13:00～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：吉浦美智子	15:30～(50分)定員:18 ヨガ 講師：上田 真理	15:00～(50分)定員:18 ピラティス 講師：舟山 葵		14:30～(50分)定員:15 ピラティス 講師：伊藤 由希子	14:30～(50分)定員:16 フラダンス 講師：中浜 直美	14:30～(50分)定員:17 ピラティス 講師：小野 徹平
14:00～(50分)定員:18 サークルモビリティ 講師：吉浦美智子	19:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：多々見 絵美	19:10～(50分)定員:15 骨格メイク リスタイル 講師：宮西 好子		19:10～(50分)定員:18 リフレッシュヨガ 講師：笹島 里映子	19:10～(50分)定員:18 strongnation 講師：野岸 靖憲	19:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：野岸 靖憲
12	13	14	15	16	17	18
10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：小島 友紀	10:30～(50分)定員:18 ピラティス 講師：舟山 葵	10:30～(50分)定員:16 バランスボール 講師：吉浦 美智子		10:30～(50分)定員:22 ブルーAQUAZUMBA 講師：吉浦 美智子	10:30～(50分)定員:15 モーニングヨガ 講師：笹島 里映子	10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：笹島 里映子
16:00～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：多々見 絵美	15:30～(50分)定員:18 ヨガ 講師：上田 真理	15:00～(50分)定員:18 ピラティス 講師：舟山 葵		14:30～(50分)定員:15 ピラティス 講師：伊藤 由希子	13:00～(50分)定員:18 パワーヨガ 講師：尾山 亮	14:30～(50分)定員:17 ピラティス 講師：小野 徹平
17:00～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：多々見 絵美	19:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：多々見 絵美	19:10～(50分)定員:16 骨格メイク リスタイル 講師：宮西 好子		19:10～(50分)定員:15 ポルドブラ 講師：笹島 里映子	14:00～(50分)定員:18 ファイトシェイプ 講師：尾山 亮	16:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：上田 真理
					15:30～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：吉浦美智子	
19	20	21	22	23	24	25
10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：小島 友紀	10:30～(50分)定員:18 お身体リセット 講師：舟山 葵	10:30～(50分)定員:16 バランスボール 講師：吉浦 美智子		10:30～(50分)定員:22 ブルーAQUAZUMBA 講師：吉浦美智子	10:30～(50分)定員:18 ポルドブラ 講師：笹島 里映子	10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：笹島 里映子
11:40～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：多々見 絵美	11:30～(50分)定員:18 ピラティス 講師：舟山 葵	15:00～(50分)定員:18 ピラティス 講師：舟山 葵		14:30～(50分)定員:15 ピラティス 講師：伊藤 由希子	14:30～(50分)定員:16 フラダンス 講師：梅下 久美子	13:00～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：吉浦美智子
12:40～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：多々見 絵美	19:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：多々見 絵美	19:10～(50分)定員:16 骨格メイク リスタイル 講師：宮西 好子		19:10～(50分)定員:18 リフレッシュヨガ 講師：笹島 里映子	19:10～(50分)定員:18 strongnation 講師：野岸 靖憲	14:30～(50分)定員:22 ブルーAQUAZUMBA 講師：吉浦美智子
26	27	28	29	30	31	
10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：小島 友紀	10:30～(50分)定員:18 ピラティス 講師：舟山 葵	10:30～(50分)定員:16 バランスボール 講師：吉浦美智子		10:30～(50分)定員:22 ブルーAQUAZUMBA 講師：吉浦 美智子	10:30～(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師：笹島 里映子	
16:00～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：多々見 絵美	15:30～(50分)定員:18 ヨガ 講師：上田 真理	15:00～(50分)定員:18 ピラティス 講師：舟山 葵		14:30～(50分)定員:15 ピラティス 講師：伊藤 由希子	15:30～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：吉浦美智子	
17:00～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：多々見 絵美	19:10～(50分)定員:18 ZUMBA 講師：多々見 絵美	19:10～(50分)定員:16 骨格メイク リスタイル 講師：宮西 好子		19:10～(50分)定員:18 ポルドブラ 講師：笹島 里映子	19:10～(50分)定員:18 strongnation 講師：野岸 靖憲	