

月	火	水	木	金	土	日
				1 ダイヤビック (大体育室)	2	3
4 ピラティス①②	5 骨盤調整am①②、pm	6 水曜NW	7 ヘルスアップTR ボディメイクTR 木曜NW エクササイズ(大体育室)	8 入門・パワー ダイヤビック	9	10
11 ピラティス③②		12 夜ヨーガ 水曜NW	13	14	15	16
⑱	19	20 ウェンズデー・リラックス (体育館駐車場混雑予想)	21 ヘルスアップTR ボディメイクTR 木曜NW	22 入門・パワー(柔道場) ダイヤビック	23	24
25 ピラティス①③	26 骨盤調整am①②、pm	27 ウェンズデー・リラックス 夜ヨーガ、水曜NW	28 木曜NW エクササイズ(大体育室)	29	30	31

8月

月	火	水	木	金	土	日
1 ピラティス①②	2	3	4 ヘルスアップTR ボディメイクTR	5 入門・パワー	6	7
8 ピラティス③	9 骨盤調整am①②、pm	10 ウェンズデー・リラックス 夜ヨーガ	⑩ ふれすぽ夏休み	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22 ピラティス①②	23 骨盤調整am①②、pm	24 夜ヨーガ ウェンズデー・リラックス	25 ヘルスアップTR ボディメイクTR	26 入門・パワー	27	28
29 ピラティス③	30	31				

9月

月	火	水	木	金	土	日
			1 ヘルスアップTR ボディメイクTR エクササイズ	2 ダイヤビック (大体育室)	3	4
5 ピラティス①②	6 骨盤調整am①②、pm	7 水曜NW	8 木曜NW	9 入門・パワー	10	11
12 ピラティス③②		13 ウェンズデー・リラックス 夜ヨーガ	14 ヘルスアップTR ボディメイクTR 木曜NW エクササイズ(大体育館)	15 ダイヤビック 入門・パワー	16	17
⑲	20 骨盤調整am①②、pm	21 水曜NW ウェンズデー・リラックス (体育館駐車場混雑予想)	22 木曜NW	⑳	24	25
26 ピラティス①③	27	28 水曜NW 夜ヨーガ	29 エクササイズ(大体育室)	30 ダイヤビック(大体育室)		

★教室をお休みする時には☎070-6555-6936または070-6481-6936へご連絡下さい。(メール・LINE・SMSでも可)

★諸事情により、時間や場所が変更する事があります。