

SAT		SUN		MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
11月15日		11月16日		11月17日		11月18日		11月19日		11月20日		11月21日		11月22日		11月23日	
10:30 ~ 11:45 📖 ヨガビギナー マレ		10:45 ~ 12:00 ヨガフローⅠ マレ		店休日		11:00 ~ 12:00 二十四節気 カヨコ		11:00 ~ 12:00 📖 ピラティスビギナー サチ		10:30 ~ 11:30 📖 スイッチオン ピラティス カオリン		11:00 ~ 12:00 📖 ピラティスビギナー カオリン		10:15 ~ 11:30 📖 ヨガビギナー ミサキ		店休日	
12:30 ~ 13:30 📖 ヨガリラックス マレ		12:30 ~ 13:30 陰ヨガ マレ				12:30 ~ 13:45 📖 ヨガビギナー アケミ		12:30 ~ 13:45 ヨガフローⅠ アケミ				12:30 ~ 13:45 📖 ヨガビギナー アケミ		12:00 ~ 13:00 代謝アップ ピラティスⅠ カオリン			
14:00 ~ 15:00 代謝アップ ピラティスⅠ カオリン		14:00 ~ 15:15 ヨガアライメントⅠ マレ												14:00 ~ 15:00 📖 アロマヨガ リラックス キョウコ			
														15:30 ~ 16:30 📖 ペルヴィス(骨盤)・ ワーク キョウコ			
						18:45 ~ 19:45 📖 アロマヨガ リラックス ミサキ		18:45 ~ 20:00 ヨガフローⅠ リサ		18:45 ~ 20:00 📖 ヨガビギナー ミサキ							