


	月 (MON)	火 (TUE)	水 (THU)	木 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)
	スタジオヨガ スタジオヨガ スタジオヨガ	スタジオヨガ スタジオヨガ スタジオヨガ	スタジオヨガ スタジオヨガ	スタジオヨガ スタジオヨガ	スタジオヨガ スタジオヨガ	スタジオヨガ スタジオヨガ
10	1000- はじめての ボール	1000- ヨガ 開校	1000- 自強拳 松本(高)	1000- 姿勢改善 ピラティス 高橋	950- ヨガ 高橋	1000- 開校 スリット ダンス 高橋
11	1100- チャレンジ エアロ 高橋	1100- 入門エアロ 高橋	1100- 入門エアロ 高橋	1100- 入門エアロ 高橋	1050- ヨガ 高橋	1100- ヨガ de ピラティス 高橋
12	1200- ベネチア ダンス 高橋	1200- 入門エアロ 高橋	1215- POWER 高橋	1215- マッシュ アップ 高橋	1150- ヨガ 高橋	1200- ZUMBAR 高橋
13	1300- ヨガ 高橋	1300- ZUMBAR 高橋	1300- ヨガ 高橋	1315- POWER 高橋	1250- ヨガ 高橋	1300- 入門エアロ 高橋
14	1415- ヨガ 高橋	1400- チャレンジ エアロ 高橋	1420- ベネチア ダンス 高橋	1415- POWER 高橋	1350- ヨガ 高橋	1400- POWER 高橋
15	1515- ヨガ 高橋	1500- チャレンジ エアロ 高橋	1530- ヨガ 高橋	1515- 入門エアロ 高橋	1450- ベネチア ダンス 高橋	1515- ヨガ 高橋
16		1545- ヨガ教室 高橋			1550- ヨガ 高橋	
17						
18	1815- フラダンス 高橋	1815- チャレンジ エアロ 高橋	1815- ベネチア ダンス 高橋	1830- POWER 高橋	1815- フラダンス 高橋	
19	1815- フラダンス 高橋	1815- フラダンス 高橋	1815- ベネチア ダンス 高橋	1815- ベネチア ダンス 高橋	1815- フラダンス 高橋	
20	2015- フラダンス 高橋	2015- フラダンス 高橋	2015- フラダンス 高橋	2015- フラダンス 高橋	2015- フラダンス 高橋	
21	2015- フラダンス 高橋	2015- フラダンス 高橋	2015- フラダンス 高橋	2015- フラダンス 高橋	2015- フラダンス 高橋	

水曜日 休館日


 初心者の方でも安心して女性限定のクラスです。  
 ※ご参加いただけるクラスです。  
 【曜日別スケジュールについて】  
 祝日は特別スケジュールとなります。内容はWEB予約画面・館内表示板・HPにてお知らせいたします。  
 【教室はすべて予約制です】  
 すべてのレッスンプログラムの予約は、専用のアプリからの予約となります。  
 ※会員登録用アプリのインストールが必須となります。  
 【教室へのご参加について】  
 スタジオへの入室は、ウェルネスチェックから始まり、検温を経て入室となります。  
 ※レッスン開始後のご入場はご遠慮ください。  
 ※レッスン途中のご退室は特別な場合を除きご遠慮ください。  
 【災害時・緊急時の対応について】  
 ※台風や地震などの自然災害の影響により、安全を考慮し予めなくレッスンを休講させて頂く場合がございます。予めご了承ください。