

日	月	火	水	木	金	土
					1 10:30~(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師:笹島 里映子 15:30~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:吉浦 美智子 19:10~(50分)定員:18 strongnation 講師:野岸 靖憲	2 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:17 ピラティス 講師:小野 徹平 16:10~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:上田 真理
3 10:30~(50分)定員:16 骨格メカニクス 講師:宮西 好子 11:40~(50分)定員:16 ベーシックエアロ 講師:宮西 好子	4 10:30~(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師:小島 友紀	5 10:30~(50分)定員:18 お身体リセット 講師:舟山 葵 11:30~(50分)定員:18 ピラティス 講師:舟山 葵	6 10:30~(50分)定員:18 strongnation 講師:野岸 靖憲 18:00~(50分)定員:18 美BodyWave 講師:野岸 靖憲 19:00~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:野岸 靖憲	7	8 10:30~(50分)定員:18 ポルドブラ 講師:笹島 里映子 14:30~(50分)定員:16 フラダンス 講師:中浜 直美 19:10~(50分)定員:18 strongnation 講師:野岸 靖憲	9 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:17 ピラティス 講師:小野 徹平 18:00~(50分)定員:22 ブルAQUAZUMBA 講師:吉浦 美智子
10 13:00~(50分)定員:18 美BodyWave 講師:野岸 靖憲 14:00~(50分)定員:18 strongnation 講師:野岸 靖憲 15:00~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:野岸 靖憲	11 10:30~(50分)定員:18 ピラティス 講師:舟山 葵 15:30~(50分)定員:18 ヨガ 講師:上田 真理 19:10~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:多々見 絵美	12 10:30~(50分)定員:16 バランスボール 講師:吉浦 美智子 15:00~(50分)定員:18 ピラティス 講師:舟山 葵 19:10~(50分)定員:16 骨格メカニクス 講師:宮西 好子	13	14 10:30~(50分)定員:22 ブルAQUAZUMBA 講師:吉浦 美智子 14:30~(50分)定員:15 ピラティス 講師:伊藤 由希子 19:10~(50分)定員:18 ポルドブラ 講師:笹島 里映子	15 10:30~(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師:笹島 里映子 15:30~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:吉浦美智子 19:10~(50分)定員:18 strongnation 講師:野岸 靖憲	16 10:30~(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師:笹島 里映子 11:30~(50分)定員:18 ポルドブラ 講師:笹島 里映子 16:10~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:上田 真理
17 13:00~(50分)定員:18 美BodyWave 講師:野岸 靖憲 14:00~(50分)定員:18 strongnation 講師:野岸 靖憲 15:00~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:野岸 靖憲	18 10:30~(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師:小島 友紀 15:30~(50分)定員:18 ヨガ 講師:上田 真理 19:10~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:多々見 絵美	19 10:30~(50分)定員:16 バランスボール 講師:吉浦 美智子 15:00~(50分)定員:18 ピラティス 講師:舟山 葵 19:10~(50分)定員:16 骨格メカニクス 講師:宮西 好子	20	21 10:30~(50分)定員:22 ブルAQUAZUMBA 講師:吉浦 美智子 14:30~(49分)定員:15 ピラティス 講師:伊藤 由希子 19:10~(50分)定員:18 リフレッシュヨガ 講師:笹島 里映子	22 10:30~(50分)定員:18 ポルドブラ 講師:笹島 里映子 14:30~(50分)定員:16 フラダンス 講師:中浜 直美 19:10~(50分)定員:18 strongnation 講師:野岸 靖憲	23 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:17 ピラティス 講師:小野 徹平 19:10~(50分)定員:18 リフレッシュヨガ 講師:笹島 里映子
24 13:00~(50分)定員:18 サークルモビリティ 講師:吉浦美智子 14:00~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:吉浦美智子 15:00~(50分)定員:18 strongnation 講師:吉浦美智子	25 10:30~(50分)定員:18 ピラティス 講師:舟山 葵 15:30~(50分)定員:18 ヨガ 講師:上田 真理 19:10~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:多々見 絵美	26 10:30~(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師:尾山 亮 15:00~(50分)定員:18 ピラティス 講師:舟山 葵 19:10~(50分)定員:16 骨格メカニクス 講師:宮西 好子	27	28 10:30~(50分)定員:22 ブルAQUAZUMBA 講師:吉浦 美智子 14:30~(50分)定員:15 ピラティス 講師:伊藤 由希子 19:10~(50分)定員:18 ポルドブラ 講師:笹島 里映子	29 10:30~(50分)定員:18 モーニングヨガ 講師:笹島 里映子 15:30~(50分)定員:18 ZUMBA 講師:吉浦美智子 19:10~(50分)定員:18 strongnation 講師:野岸 靖憲	30 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:17 ピラティス 講師:小野 徹平 18:00~(50分)定員:22 ブルAQUAZUMBA 講師:吉浦 美智子
31 10:30~(50分)定員:16 ボールで身体すっきり 講師:宮西 好子 11:30~(50分)定員:18 パワーヨガ 講師:尾山 亮 12:30~(50分)定員:18 ファイトシェイプ 講師:尾山 亮						