

	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日
	月	火	水	木	金	土	日
9:00	黄色い太枠は妊婦さんも参加OKです！						9:30～10:40 朝ヨガ 美佳
10:00		10:00～11:00 子連れヨガ 美佳		10:00～10:45 英語リトミック 別料金			
11:00			11:00～12:10 ピラティス 美佳	11:30～12:30 空中ヨガ 美佳	11:00～12:10 リラックス&マタニティ 美佳	11:00～12:10 リラックス 美佳	11:00～12:10 骨盤ヨガ ikko
12:00							
13:00			13:00～14:10 マタニティ 美佳		13:00～14:00 産後ヨガ 美佳	13:00～14:10 ピラティス 美佳	13:00～14:10 ベーシック ikko
14:00							
15:00						14:30～15:30 空中ヨガ 美佳	14:30～15:30 空中ヨガ 美佳
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	19:30～20:40 リラックス ikko	19:30～20:30 空中ヨガ 美佳	19:30～20:40 ベーシック SUMIKO	19:30～20:40 アロマヨガ HIROMI	19:30～20:40 キャンドル ikko		
20:00							
21:00							

	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日
	月	火	水	木	金	土	日
9:00							9:30～10:40 朝ヨガ 美佳
10:00		10:00～11:00 子連れヨガ 美佳		10:00～10:45 英語リトミック 別料金	10:30～12:00		
11:00			11:00～12:10 ピラティス 美佳	11:30～12:30 空中ヨガ 美佳	シバナンダ ヨガ ikko	11:00～12:10 リラックス 美佳	11:00～12:10 シェイプアップヨガ MINAKO
12:00							
13:00			13:00～14:10 マタニティ 美佳		休講 産後ヨガ 美佳	13:00～14:10 ピラティス 美佳	13:00～14:10 ベーシック ikko
14:00							
15:00						14:30～15:30 空中ヨガ 美佳	14:30～15:30 空中ヨガ 美佳
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	19:30～20:40 リラックス ikko	19:30～20:30 空中ヨガ 美佳	19:30～20:40 ベーシック SUMIKO	19:30～20:40 アロマヨガ HIROMI	休講 キャンドル ikko		
20:00							
21:00							

	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日
	月	火	水	木	金	土	日
9:00							9:30～10:40 朝ヨガ 美佳
10:00		10:00～11:00 子連れヨガ 美佳		10:00～10:45 英語リトミック 別料金			
11:00			11:00～12:10 ピラティス 美佳	11:30～12:30 ベビーサイン 別料金	11:00～12:10 リラックス&マタニティ 美佳	11:00～12:10 リラックス 美佳	11:00～12:10 シェイプアップヨガ MINAKO
12:00							代行
13:00			13:00～14:10 マタニティ 美佳		13:00～14:00 産後ヨガ 美佳	13:00～14:10 ピラティス 美佳	13:00～14:10 ベーシック MINAKO
14:00							
15:00						14:30～15:30 空中ヨガ 美佳	14:30～15:30 空中ヨガ 美佳
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	19:30～20:40 リラックス ikko	19:30～20:30 空中ヨガ 美佳	19:30～20:40 ベーシック SUMIKO	代行	19:30～20:40 アロマヨガ 美佳	19:30～20:40 キャンドル ikko	
20:00							
21:00							

	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日
	月	火	水	木	金	土	日
9:00							9:30～10:40 朝ヨガ 美佳
10:00		10:00～11:00 子連れヨガ 美佳		10:00～10:45 英語リトミック 別料金			
11:00			11:00～12:10 ピラティス 美佳	11:30～12:30 ベビーサイン 別料金	11:00～12:10 リラックス&マタニティ 美佳	11:00～12:10 リラックス 美佳	11:00～12:10 骨盤ヨガ ikko
12:00							
13:00			13:00～14:10 マタニティ 美佳		13:00～14:00 産後ヨガ 美佳	13:00～14:10 ピラティス 美佳	13:00～14:10 ベーシック ikko
14:00							
15:00						14:30～15:30 空中ヨガ 美佳	14:30～15:30 空中ヨガ 美佳
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	19:30～20:40 リラックス ikko	19:30～20:30 空中ヨガ 美佳	19:30～20:40 ベーシック SUMIKO	代行	19:30～20:40 アロマヨガ 美佳	19:30～20:40 キャンドル ikko	
20:00							
21:00							