

	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日
	月	火	水	木	金	土	日
9:00	黄色い太極は 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					
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 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							

	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日	1月5日	1月6日	1月7日
	月	火	水	木	金	土	日
9:00							9:30～10:40 朝ヨガ 美佳
10:00		休講 子連れヨガ 美佳					
11:00			休講 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 シェイプアップヨガ MINAKO
12:00							
13:00			休講 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	休講 リラックス ikko	休講 空中ヨガ 美佳	休講 ベーシック SUMIKO	19:30～20:40 アロマヨガ HIROMI	代行 19:30～20:40 キャンドル 美佳		
20:00							
21:00							

	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日
	月	火	水	木	金	土	日
9:00							休講 朝ヨガ 美佳
10:00		10:00～11:00 子連れヨガ 美佳					
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 美佳	11:00～12:10 リラックス 美佳	休講 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		13:00～14:00 空中ヨガ 子連れOK	13:00～14:10 ピラティス 美佳	休講 ベーシック ikko
14:00							
15:00					14:30～15:30 空中ヨガ 子連れOK	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							

	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日
	月	火	水	木	金	土	日
9:00							9:30～10:40 朝ヨガ 美佳
10:00	10:30～12:00 シバナンダ ヨガ ikko	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 美佳	11:00～12:10 リラックス 美佳	11:00～12:10 骨盤ヨガ まい
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	休講 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							