



月	火	水	木	金	土	日
					①	2
3	4	5 水曜NW	6 木曜NW 骨盤調整おた	7 ダイヤビック (大体育室)	8	9 
⑩	11 骨盤調整am①②、pm	12 水曜NW ウエズデー・リラックス 夜ヨガ	13 エクササイズ	14 入門・パワー	15	16
17 ピラティス①②	18	19	20 木曜NW 骨盤調整おた	21 ダイヤビック	22	23
24 ピラティス①③	25 骨盤調整am①②、pm	26 ウエズデー・リラックス 夜ヨガ 水曜NW (5月分調整)	27 エクササイズ 木曜NW (9月分調整)	28 入門・パワー	29	30
31 ピラティス②③						

2月

月	火	水	木	金	土	日
	1 骨盤調整am①②、pm	2	3 骨盤調整おた	4 ダイヤビック (大体育室) 入門・パワー	5	6
7 ピラティス①②	8	9 水曜NW ウエズデー・リラックス 夜ヨガ	10 木曜NW(階段広場) エクササイズ	⑪	12	13
14 ピラティス③	15 骨盤調整am①②、pm (①②リパティ集会所)	16 水曜NW ウエズデー・リラックス 夜ヨガ	17 骨盤調整おた	18 ダイヤビック	19	20 
21 ピラティス①②	22	⑫	24 エクササイズ 木曜NW	25 入門・パワー	26	27
28 ピラティス③						

3月

月	火	水	木	金	土	日
	1 骨盤調整am①②、pm	2 水曜NW	3 木曜NW 骨盤調整おた	4 ダイヤビック (大体育室)	5	6
7 ピラティス①②	8	9 ウエズデー・リラックス 夜ヨガ	10 エクササイズ	11 入門・パワー	12	13
14 ピラティス①③	15 骨盤調整am①②、pm (①②リパティ集会所)	16 水曜NW	17 木曜NW 骨盤調整おた	18 ダイヤビック	19	20
⑬	22	23 ウエズデー・リラックス 夜ヨガ 水曜NW(10月調整)	24 エクササイズ	25 入門・パワー	26	27 
28 ピラティス②③	29	30	31 木曜NW (9月分調整)			

★教室をお休みの際には☎070-6555-6936または070-6481-6936へご連絡下さい。(メール・LINE・SMSでも可)

★諸事情により、時間や場所が変更する事があります。