

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

5月

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	③	④	⑤	6 ダイヤビック (大体育室)	7	8
9 ピラティス①②	10 骨盤調整am①②、pm	11 ウエズデー・リラックス 夜ヨガ	12 ヘルスアップTR ボディメイクTR エクササイズ	13 入門・パワー (柔道場)	14	15
16 ピラティス③	17	18 水曜NW ウエズデー・リラックス	19 ヘルスアップTR ボディメイクTR 木曜NW	20 ダイヤビック 入門・パワー	21	22
23 ピラティス①②	24 骨盤調整am①②、pm	25 夜ヨガ、水曜NW	26 エクササイズ 木曜NW (階段広場)	27	28	29
30 ピラティス③	31					

6月

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