

caapah 7月

2025

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
30	1	2	3	4	5	6
	9:30~11:00 KAYOKO ヨガ アライメント 8名				10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名	10:00~11:30 KAYOKO ヨガ アライメント 8名
			19:00~20:30 KAYOKO ヨガ All Level 8名			
7	8	9	10	11	12	13
	9:30~11:00 KAYOKO ヨガ アライメント 8名		11:00~12:30 YOSHIKA ピラティス 8名		10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名	10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名
			19:00~20:30 KAYOKO ヨガ All Level 8名			
14	15	16	17	18	19	20
	9:30~11:00 KAYOKO 17日木曜に振替となります		11:00~12:30 KAYOKO ヨガ アライメント 8名		10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名	10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名
			19:00~20:30 KAYOKO ヨガ All Level 8名			
21 海の日	22	23	24	25	26	27
	9:30~11:00 KAYOKO ヨガ アライメント 8名		11:00~12:30 YOSHIKA ピラティス 8名		10:00~11:30 KAYOKO ヨガ アライメント 8名	10:00~11:30 KAYOKO ヨガ アライメント 8名
			19:00~20:30 KAYOKO ヨガ All Level 8名			
28	29	30	31	1	2	3
	9:30~11:00 KAYOKO ヨガ アライメント 8名				10:00~11:30 KAYOKO ヨガ アライメント 8名	10:00~11:30 KAYOKO ヨガ アライメント 8名
			19:00~20:30 KAYOKO ヨガ All Level 8名			

【 今月のお知らせ 】

・15日火曜日のAMクラスは、17日木曜日に振替となり、開始時間が11時に変更になっておりますので、ご注意ください。