

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

【 今月のお知らせ 】

8/7よりKAYOKOが国内不在の為、火曜日9:30~のクラスは休講か、若しくは時間が変更し11時~代行YOSHIKAのピラティスクラスになります。  
木曜日19時のクラスは時間変更はありませんが、代行でYOSHIKAのピラティスクラスになります。