

caapah 1月

2026

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

【 今月のお知らせ 】

あけましておめでとうございます! 本年もよろしくお願ひいたします(*^_^*)

申し訳ございませんが、10日土曜日午前中のクラスは休講となります