

令 和 3 年 2 月										
B	月	火	水	木	金	±				
	1	2	3	4	5	6				
STOOL .						ストレッチ				
78	休館日					(SAYAKA) 11:30~12:30/ 13:30~14:30/15:00~16:00				
7	8	9	10	11	12	13				
	// ^-					ストレッチ				
	休館日					(SAYAKA) 11:30~12:30/ 13:30~14:30/15:00~16:00				
14	15	16	17	18	19	13:30~14:30/15:00~16:00				
			水曜日・木曜日クラスは終了しました			waiwaiキックボクシング				
	3月分予約日					(榎本)9:30~10:45				
	(15:00~)					ストレッチ				
	(15 / 55)					(SAYAKA) 11:30~12:30/ 13:30~14:30/15:00~16:00				
				4	, , ,	· ·				
21	22	23	24	25	26	27				
ピラティス										
(山田) 13:30~14:30	休館日					※ストレッチはお休みです				
リラックスヨガ										
(山田) 14:45~15:45										
28										

令 和 3	年 3 月							
B	月	火	水	木	金	±		
	1	2	3	4	5	6		
	休館日					※ストレッチはお休みです		
7	8	9	10	11	12	13		
	休館日					ストレッチ (SAYAKA) 11:30~12:30/ 13:30~14:30/15:00~16:00		
14	15	16	17	18	19	20		
<ヨガイベント> フローヨガ (SAYAKA) 13:30~14:45	休館日		水曜日・木曜日クラスは終了しました			waiwaiキックボクシング (榎本) 9:30~10:45 ストレッチ (SAYAKA) 11:30~12:30/ 13:30~14:30/15:00~16:00		
21	22	23	24	25	26	27		
ピラティス (山田) 13:30~14:30 リラックスヨガ	休館日					ストレッチ		
(山田) 14:45~15:45					7 5 5	(SAYAKA) 11:30~12:30/ 13:30~14:30/15:00~16:00		
28	29	30	31	令和3年4月以降の健康講座の新体制につきましては				
	休館日				第、改めてお伝えさせていた	Value V		