



2016年9月のスケジュール



日 月 火 水 木 金 土

				1	2	3
				12:15~ コア・リ・フレッシュ 浅田 13:00 14:15~ コーディネーション 金子 14:45 18:30~ ソフトエアロ 橋元 19:00	10:30~ 太極拳 横井 11:30 12:45~ ストレッチポール③ 行田 13:15 15:15~ ムーブ&フィックス 小松崎 16:00 19:00~ 骨盤ヨガ 行田 19:45	11:15~ コア・リ・フレッシュ 浅田 12:00 14:30~ コグニサイズ 中佐 15:15 17:00~ アロマヨガ 行田 18:00
4	5	6	7	8	9	10
	12:15~ 姿勢美 金子 12:45 13:15~ ストレッチポール① 浅田 13:45 14:30~ アロマヨガ 行田 15:30 19:00~ ストレッチポール③ 金子 19:30	定休日	12:15~ 骨盤ヨガ 行田 13:00 13:30~ ソフトエアロ 橋元 14:00 14:15~ タケザイル(肩) 中佐 14:45 お休み コア・リ・フレッシュ 浅田	12:15~ コア・リ・フレッシュ 浅田 13:00 14:15~ コーディネーション 金子 14:45 18:30~ ソフトエアロ 橋元 19:00	10:30~ 太極拳 横井 11:30 12:45~ ストレッチポール① 行田 13:15 15:15~ ムーブ&フィックス 小松崎 16:00 19:00~ パワーヨガ 行田 19:45	11:15~ コア・リ・フレッシュ 浅田 12:00 14:30~ コグニサイズ 金子 15:15 17:00~ アロマヨガ 行田 18:00
11	12	13	14	15	16	17
	お休み 姿勢美 金子 13:15~ ストレッチポール② 浅田 13:45 14:30~ アロマヨガ 行田 15:30 お休み ストレッチポール① 金子	定休日	12:15~ 骨盤ヨガ 行田 13:00 お休み ソフトエアロ 橋元 14:15~ タケザイル(膝・腰) 中佐 14:45 19:00~ コア・リ・フレッシュ 浅田 19:45	12:15~ コア・リ・フレッシュ 浅田 13:00 お休み コーディネーション 金子 18:30~ ソフトエアロ 橋元 19:00	10:30~ 太極拳 横井 11:30 12:45~ ストレッチポール② 行田 13:15 15:15~ ムーブ&フィックス 小松崎 16:00 19:00~ 骨盤ヨガ 行田 19:45	お休み コア・リ・フレッシュ 浅田 17:00~ アロマヨガ 行田 18:00
18	19	20	21	22	23	24
	10:00~17:00 営業 しています♥	定休日	12:15~ 骨盤ヨガ 行田 13:00 13:30~ ソフトエアロ 橋元 14:00 14:15~ タケザイル(肩) 中佐 14:45 19:00~ コア・リ・フレッシュ 浅田 19:45	10:00~17:00 営業 しています♥	10:30~ 太極拳 横井 11:30 12:45~ ストレッチポール③ 行田 13:15 15:15~ ムーブ&フィックス 小松崎 16:00 19:00~ パワーヨガ 行田 19:45	11:15~ コア・リ・フレッシュ 浅田 12:00 14:30~ コグニサイズ 金子 15:15 17:00~ アロマヨガ 行田 18:00
25	26	27	28	29	30	
	12:15~ 姿勢美 金子 12:45 お休み ストレッチポール③ 浅田 お休み アロマヨガ 行田 19:00~ ストレッチポール② 金子	定休日	12:15~ 骨盤ヨガ 行田 13:00 13:30~ ソフトエアロ 橋元 14:00 14:15~ タケザイル(膝・腰) 中佐 14:45 19:00~ コア・リ・フレッシュ 浅田 19:45	12:15~ コア・リ・フレッシュ 浅田 13:00 14:15~ コーディネーション 金子 14:45 お休み ソフトエアロ 橋元	10:30~ 太極拳 横井 11:30 12:45~ ストレッチポール① 行田 13:15 15:15~ ムーブ&フィックス 小松崎 16:00 19:00~ 骨盤ヨガ 行田	