



# 2017年7月のスケジュール



| 日  | 月                          | 火                          | 水                       | 木                            | 金                          | 土                          |
|----|----------------------------|----------------------------|-------------------------|------------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 25 | 6月26日                      | 27                         | 28                      | 29                           | 30                         | 7月1日                       |
|    | 13:30 ~ 14:00 姿勢美 金子       | 13:30 ~ 14:00 ショルトレ 中佐     | 13:30 ~ 14:00 ソフトエアロ 橋元 | 13:30 ~ 14:15 マインドフルネス ヨガ 行田 | 13:30 ~ 14:00 コーディネーション 金子 | 12:15 ~ 13:00 コア・リフレッシュ 浅田 |
|    | 15:00 ~ 15:30 ペルトレ 中佐      | 15:00 ~ 15:45 コア・リフレッシュ 浅田 | 15:00 ~ 15:45 骨盤ヨガ 行田   | 15:00 ~ 15:30 コーディネーション 金子   | 15:00 ~ 15:30 ストレッチポール② 浅田 | 15:00 ~ 16:00 アロマヨガ 行田     |
|    | 19:00 ~ 19:45 コア・リフレッシュ 浅田 | 18:45 ~ 19:45 アロマヨガ 行田     | 19:00 ~ 19:45 オールアウト 中佐 | 18:30 ~ 19:00 ソフトエアロ 橋元      | 19:00 ~ 19:45 骨盤ヨガ 行田      |                            |

新しいスタジオで行いま———す☆☆☆\(\*^▽^\*)/

| 2   | 3                          | 4                          | 5                       | 6                            | 7                                     | 8                          |
|-----|----------------------------|----------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------------------------|----------------------------|
| 定休日 | 12:15 ~ 12:45 姿勢美 金子       | 13:30 ~ 14:00 ショルトレ 中佐     | 13:30 ~ 14:00 ソフトエアロ 橋元 | 12:15 ~ 13:00 マインドフルネス ヨガ 行田 | 13:30 ~ 14:00 コーディネーション 金子            | 12:15 ~ 13:00 コア・リフレッシュ 浅田 |
|     | 14:15 ~ 14:45 ペルトレ 中佐      | 15:00 ~ 15:45 コア・リフレッシュ 浅田 | 15:00 ~ 15:45 骨盤ヨガ 行田   | 15:00 ~ 15:30 コーディネーション 金子   | 15:00 ~ 15:30 ストレッチポール③ 浅田            | 15:00 ~ 16:00 アロマヨガ 行田     |
|     | 19:00 ~ 19:45 コア・リフレッシュ 浅田 | 18:45 ~ 19:45 アロマヨガ 行田     | 19:00 ~ 19:45 オールアウト 竹野 | 18:30 ~ 19:00 ソフトエアロ 橋元      | 19:00 ~ 19:45 骨盤ヨガ 行田                 |                            |
| 9   | 10                         | 11                         | 12                      | 13                           | 14                                    | 15                         |
| 定休日 | 12:15 ~ 12:45 姿勢美 金子       | 13:30 ~ 14:00 ショルトレ 中佐     | 13:30 ~ 14:00 ソフトエアロ 橋元 | 12:15 ~ 13:00 マインドフルネス ヨガ 行田 | 13:30 ~ 14:00 コーディネーション 金子            | 12:15 ~ 13:00 コア・リフレッシュ 浅田 |
|     | 14:15 ~ 14:45 ペルトレ 中佐      | 15:00 ~ 15:45 コア・リフレッシュ 浅田 | 15:00 ~ 15:45 骨盤ヨガ 行田   | 15:00 ~ 15:30 コーディネーション 金子   | 15:00 ~ 15:30 <b>NEW</b> ボディメンテナンス 竹野 | 15:00 ~ 16:00 アロマヨガ 行田     |
|     | 19:00 ~ 19:45 コア・リフレッシュ 浅田 | 18:45 ~ 19:45 アロマヨガ 行田     | 19:00 ~ 19:45 オールアウト 竹野 | 18:30 ~ 19:00 ソフトエアロ 橋元      | 19:00 ~ 19:45 骨盤ヨガ 行田                 |                            |
| 16  | 17                         | 18                         | 19                      | 20                           | 21                                    | 22                         |
| 定休日 | 10:00 ~ 17:00 営業 しています♡    | 13:30 ~ 14:00 ショルトレ 中佐     | 13:30 ~ 14:00 ソフトエアロ 橋元 | 12:15 ~ 13:00 マインドフルネス ヨガ 行田 | 13:30 ~ 14:00 コーディネーション 金子            | 12:15 ~ 13:00 コア・リフレッシュ 浅田 |
|     |                            | 15:00 ~ 15:45 コア・リフレッシュ 浅田 | 15:00 ~ 15:45 骨盤ヨガ 行田   | 15:00 ~ 15:30 コーディネーション 金子   | 15:00 ~ 15:30 ストレッチポール① 浅田            | 15:00 ~ 16:00 アロマヨガ 行田     |
|     |                            | 18:45 ~ 19:45 アロマヨガ 行田     | 19:00 ~ 19:45 オールアウト 中佐 | 18:30 ~ 19:00 ソフトエアロ 橋元      | 19:00 ~ 19:45 骨盤ヨガ 行田                 |                            |
| 23  | 24                         | 25                         | 26                      | 27                           | 28                                    | 29                         |
| 定休日 | 12:15 ~ 12:45 姿勢美 中佐       | 13:30 ~ 14:00 ショルトレ 中佐     | 13:30 ~ 14:00 ソフトエアロ 橋元 | 12:15 ~ 13:00 マインドフルネス ヨガ 行田 | 13:30 ~ 14:00 コーディネーション 金子            | 12:15 ~ 13:00 コア・リフレッシュ 浅田 |
|     | 14:15 ~ 14:45 ペルトレ 中佐      | 15:00 ~ 15:45 コア・リフレッシュ 浅田 | 15:00 ~ 15:45 骨盤ヨガ 行田   | 15:00 ~ 15:30 コーディネーション 金子   | 15:00 ~ 15:30 <b>NEW</b> ボディメンテナンス 竹野 | 15:00 ~ 15:30 姿勢美 金子       |
|     | 19:00 ~ 19:45 コア・リフレッシュ 浅田 | 18:45 ~ 19:45 アロマヨガ 行田     | 19:00 ~ 19:45 オールアウト 中佐 | 18:30 ~ 19:00 ソフトエアロ 橋元      | 19:00 ~ 19:45 骨盤ヨガ 行田                 | レッスン変更                     |
| 30  | 31                         |                            |                         |                              |                                       |                            |
| 定休日 | 12:15 ~ 12:45 姿勢美 金子       |                            |                         |                              |                                       |                            |
|     | 14:15 ~ 14:45 ペルトレ 中佐      |                            |                         |                              |                                       |                            |
|     | 19:00 ~ 19:45 コア・リフレッシュ 浅田 |                            |                         |                              |                                       |                            |