

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
10						
11		やさしいヨガ 10:30~11:30 MAKI	ZUMBA 10:30~11:30 YUKA			ボディコンバット 10:15~11:05 AYA
12			リトモス 11:40~12:40 YUKA			
13						
14	ママの為のシェイプアップピク 13:15~14:15 Ree ※親子参加OK		大人の為の死アダンス 13:30~14:30 NORIE		※ONE会員、月2対象外 バランスボール 13:20~14:30 MIKA ※親子参加OK	
15			フットセラピー 14:45~15:40 NORIE ※1名25分			
16						
17	絵画造形教室 16:15~17:15 カワイ音楽教室 ※月2対象外					
18	ヒップホップ 17:45~18:45 TOMOMI					
19	ZUMBA 19:00~19:50 YUKA		ボディコンバット 19:00~19:50 AYA	リフレッシュヨガ 18:50~19:50 SACHIYO	ZUMBA 19:00~19:50 YUKA	
20	リトモス 20:00~21:00 YUKA	リラックスヨガ 19:45~20:45 YUKARI	シバム 20:15~21:00 AYA		アロマヨガ 20:00~21:00 MIYUKI	
21						
22						



随時、体験受付中！！

詳しくは、2階事務所まで