

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		10:00~FRP		10:00~カラダ トノウビ ライス	10:00~ 朝ヨガ	
		13:30~ ピラティス	13:30~ PT		13:30~午後ヨガ	13:30~リボンヨガ
			15:00~ PT		15:15~ PT	
		18:00~ PT	18:00~ PT		18:00~ PT	16:30~ PT
		19:00~ FRP	19:00~ PT			17:30~ PT
						18:30~ PT
6	7	8	9	10	11	12
10:00~カラダ トノウビ ライス		10:00~FRP		10:00~カラダ トノウビ ライス	10:00~ 朝ヨガ	10:30~リボンヨガ
	14:00~ エステ	13:30~ ピラティス	13:30~ PT		13:30~午後ヨガ	13:30~ PT
			15:00~ PT		15:15~ PT	14:30~ PT
		18:00~ PT	18:00~ PT		18:00~ PT	15:30~ PT
	19:00~ 夜ヨガ	19:00~ FRP	19:00~ PT			16:30~ PT
						17:30~ PT
13	14	15	16	17	18	19
		10:00~FRP		10:00~カラダ トノウビ ライス	10:00~ 朝ヨガ	
		13:30~ ピラティス	お休み	13:30~リボンヨガ	13:30~午後ヨガ	13:30~リボンヨガ
					15:15~ PT	
		18:00~ PT			18:00~ PT	16:30~ PT
	19:00~ デトックスヨガ	19:00~ FRP				17:30~ PT
						18:30~ PT
20	21	22	23	24	25	26
				10:00~カラダ トノウビ ライス	10:00~ 朝ヨガ	10:00~ PT
			13:30~ PT			11:00~ PT
			15:00~ PT		13:30~午後ヨガ	
			16:30~ PT		15:15~ PT	
			18:00~ PT		18:00~ PT	
	19:00~ 夜ヨガ	19:00~ FRP	19:00~ PT			
27	28	29	30	31		
	10:00~ PT	10:00~FRP				
	11:00~ PT					
	13:30~ PT	13:30~ ピラティス	13:30~ PT			
	14:30~ PT		15:00~ PT			
			16:30~ PT			
		18:00~ PT	18:00~ PT			
	19:00~ デトックスヨガ	19:00~ FRP	19:00~ PT			