

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