

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