

# ☺August☺

・FUNIエアリアル、  
アドバンスクラス  
は月8回以上の方のみ参加可  
前のクラスと続きで受けて下さい。

・1時間半のアシュタガ後半クラスは  
20回券の方のみ参加可

・えりこさんによる  
ポールピラティスクラスが始まりました！  
どなたでも受けて頂けるクラスです。

・低空エアリアルクラス始めました！  
体が硬い、酔いやすい方どうぞ！

			1(木)	2(金)	3(土)	4(日)
				10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	9:00-10:00 エアリアル★ Kitano 駐車場A	9:00-10:00 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場A
			12:00-13:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	10:10-11:10 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	10:15-11:15 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B
			13:00-13:45 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	11:10-12:10 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	11:15-12:45 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A
			19:30-20:30 初めてのエアリアル Kitano 駐車場A	19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場B	12:20-13:20 イン★ Kitano 駐車場B	かボタま でいきま す！
			20:40-21:40 ゆっくりヨガ★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 アドバンス★★★ Kitano 駐車場A	14:00-15:30 英会話カフェ	
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)	11(日)
10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	10:00-11:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A	9:00-10:00 Self Practice 駐車場A		10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	8:00-9:00 エアリアル★ Kitano 駐車場A	
11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	11:10-12:10 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場B	10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	12:00-13:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	9:10-10:10 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	
13:00-14:00 出張ヨガ		11:10-12:10 アドバンス★★★★ kitano 駐車場A	13:00-13:45 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B		10:10-11:10 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	
EP	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	EP		18:50-19:20 Self Practice 駐車場A		
19:30-20:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 エアリアル★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場A	19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場B		
20:30-21:30 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 ポールピラティス★ Eriko 駐車場B	20:30-21:30 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 イン★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 アドバンス★★★★ Kitano 駐車場A		
12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)	18(日)
	10:00-11:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A		10:00-11:00 ヴィンヤサフロー Eriko 駐車場A			10:00-11:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A
				19:30-20:30 ヴィンヤサフロー★ Eriko 駐車場B		

19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)	25(日)
	10:00-11:00 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場A	10:00-11:00 ハタ★★ Kitano 駐車場A		10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	9:00-10:00 エアリアル★ Kitano 駐車場A	8:00 カルマyoga 大鳥大社
	11:10-12:10 ゆっくりヨガ★ Kitano 駐車場B	11:10-12:10 アドバンス★★★ kitano 駐車場B	12:00-13:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	10:10-11:10 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	9:45-10:45 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A
EP		13:00-14:00 出張ヨガ	13:00-13:45 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B		11:10-12:10 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	10:45-11:45 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	EP		18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	12:20-13:20 インヨガ★ Kitano 駐車場B	
19:30-20:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 エアリアル★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 初めてのエアリアル Kitano 駐車場A	19:30-20:30 ハタ ★★ Kitano 駐車場B	14:00-15:30 英会話カフェ	
20:30-21:30 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 イン★ Kitano 駐車場B	20:30-21:30 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 ゆっくりヨガ★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 アドバンス★★★ Kitano 駐車場A		
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)	
	10:00-11:00 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場A	9:00-10:00 Self Practice 駐車場A		10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	9:00-10:00 エアリアル★ Kitano 駐車場A	
	11:10-12:10 イン★ Kitano 駐車場B	10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	12:00-13:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	10:10-11:10 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	
		11:10-12:10 アドバンス★★★ kitano 駐車場A	13:00-13:45 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B		11:10-12:10 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	14:00-15:30 英会話カフェ		18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	12:20-13:20 インヨガ★ Kitano 駐車場B	
	19:30-20:30 FUNIエアリアル★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場A	19:30-20:30 ハタ ★★ Kitano 駐車場B		
	20:40-21:40 ゆっくりヨガ★ Kitano 駐車場B	20:30-21:30 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 イン★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 アドバンス★★★ Kitano 駐車場A		



