

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(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	9:00-10:00 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場A
	11:10-12:10 イン★ 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	10:15-11:15 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	EP	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 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	12:20-13:20 イン★ Kitano 駐車場B	かポタまで いきます！
	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 ポールピラティス★ Eriko 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	
7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)
	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	9:00-10:00 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場A	9:00-10:00 エアリアル★ Kitano 駐車場A
	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	10:10-11:10 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	10:10-11:10 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		11:10-12:10 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	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★ 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 駐車場A	19:30-20:30 ハタ★★ 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		
14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)
9:00-10:00 エアリアル★★ 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			
10:10-11:10 アシュタガ前半★★ 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 ハタ★★ Kitano 駐車場B	11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B			
11:10-12:40 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A		11:10-12:10 アドバンス★★★ kitano 駐車場A				
EP	かポタまで いきます！	EP				
	19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場B	19:30-20:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A		20:00-21:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A		
	20:40-21:40 アドバンス★★★ Kitano 駐車場A	20:30-21:30 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B				

21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)
	10:00-11:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A	10:00-11:00 アシュタガ前半★★ 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	10:00-11:00 筋トレ・コアトレ Yamashita 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	11:15-12:00 有酸素運動 Yamashita 駐車場A
		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	
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	EP		18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	12:20-13:20 イン★ Kitano 駐車場B	
	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	
	20:40-21:40 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		

28(月)	29(火)	30(水)	31(木)	October		
	10:00-11:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A		10:00-11:00 季節の変わり目ヨガ Eriko 駐車場A	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・FUN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。</li> <li>・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</li> <li>・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。</li> <li>・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！</li> <li>・託児が必要な方は遠慮なくお問い合わせください！ 大体託児つけれると思います！！</li> </ul>		
		夏の疲れを癒す アーユルヴェーダ要素 を取り入れたヨガ				
	20:00-21:00 季節の変わり目ヨガ Eriko 駐車場A		20:00-21:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A			

夏の疲れを癒す  
アーユルヴェーダ要素  
を取り入れたヨガ

夏の疲れを癒す  
アーユルヴェーダ要素  
を取り入れたヨガ

