


				1(金)	2(土)	3(日)
						10:00-11:00 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場B
<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・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！ ・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！！ 						11:15-12:00 有酸素運動 Yamashita 駐車場A

4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)
		9:00-10:00 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場A	10:00-11:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場B	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
		10:10-11:10 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
		11:20-12:20 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		11:10-12:25 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	11:10-12:40 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	13:00-14:00 出張ヨガ EP		18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	12:35-13:35 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 低空 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 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		

11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(日)
	10:00-11:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A	9:00-10:00 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場A		10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	9:00-10:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A	8:00-9:00 カルマyoga in 大鳥大社
		10:10-11:10 ハタ★★ 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	10:15-11:15 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B
		11:20-12:20 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		11:15-12:30 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	10:45-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	14:00-15:30 英会話カフェ			12:45-13:45 イン★ Kitano 駐車場B	12:15-13:15 エアリアル★ Kitano 駐車場A
	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	19:30-20:30 初めてのエアリアル Kitano 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	20:40-21:40 イン★ Kitano 駐車場B			

18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)
	10:00-11:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A	9:00-10:00 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A	10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	8:45-9:45 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
		10:10-11:10 ハタ★★ Kitano 駐車場A	11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	9:55-10:55 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		11:20-12:20 アドバンス★★★ kitano 駐車場B			10:55-12:10 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	11:10-12:40 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	かポタま で いきま
	19:30-20:30 エアリアル★★ 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 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	14:00-15:30 英会話カフェ	
	20:40-21:40 ポールピラティス★ Eriko 駐車場A	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		
25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	
		9:00-10:00 初めてのエアリアル Kitano 低空 駐車場A	10:00-11:00 ポールピラティス★ Eriko 駐車場B	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	
		10:10-11:10 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	
		11:20-12:20 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		11:10-12:25 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	EP		18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	12:35-13:35 イン★ Kitano 駐車場B	
	19:30-20:30 Fun 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 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		

