

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)
		10:00-11:00 ローラーピラティス★ Eriko 駐車場A			9:00-10:00 ローラーピラティス★ Eriko 駐車場A	10:00-11:00 筋トレコアトレ Yamashita 駐車場B
			20:15-21:15 ローラーピラティス★ Eriko 駐車場B			11:15-12:00 有酸素 Yamashita 駐車場A
7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)
10:00-11:00 ローラーピラティス★ Eriko 駐車場A		9:00-10:00 低空エアリアル 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 低空エアリアル Kitano 駐車場A	9:00-10:00 ローラーピラティス★ Eriko 駐車場A
		10:10-11:10 ハタ★★ Kitano 駐車場B		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
		11:20-12:20 アドバンス★★★ kitano 駐車場A			11:10-12:20 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	11:15-12:25 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A
		EN			12:30-13:30 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	20:15-21:15 ローラーピラティス★ Eriko 駐車場B	19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場B	15:00-16:30 英会話カフェ Os	
	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 アドバンス★★★ Kitano 駐車場A		
14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)
10:00-11:00 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		10:00-11:00 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	8:00-9:00 カルマyoga in 大鳥大社
11:10-12:10 インヨガ★ Kitano 駐車場B	11:30-12:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	10:10-11:10 ハタ★★ Kitano 駐車場B		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B
EN	12:30-13:15 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	11:20-12:20 アドバンス★★★ kitano 駐車場A			11:10-12:20 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	10:45-12:15 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A
		13:00-14:00 出張ヨガ EN			12:30-13:30 イン★ Kitano 駐車場B	カポタまで いきます！
	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 低空エアリアル Kitano 駐車場A	19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場B	15:00-16:30 英会話カフェ Os	
	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 ローラーピラティス★ Eriko 駐車場B	20:40-21:40 アドバンス★★★ Kitano 駐車場A		

21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)
9:00-10:00 低空エアリアル Kitano 駐車場A		9:00-10:00 低空エアリアル★ 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 ローラーピラティス★ Eriko 駐車場A	9:00-10:00 低空エアリアル Kitano 駐車場A
10:10-11:10 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	11:30-12:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	10:10-11:10 ハタ★★ Kitano 駐車場B		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	10:10-11:10 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B
11:10-12:20 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	12:30-13:15 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	11:20-12:20 アドバンス★★★ kitano 駐車場A			11:15-12:25 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
		EN			12:30-13:30 イン★ Kitano 駐車場B	カボタまで いきます！
	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 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 ローラーピラティス★ Eriko 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)			
10:00-11:00 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 インヨガ★ Kitano 駐車場B	11:30-12:40 アシュタガハーフ★★ Kitano 駐車場A	10:10-11:10 ハタ★★ 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A				
EN		14:00-15:30 英会話カフェ Dam				
	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				
	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				

😊July😊

- ・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
- ・託児が必要な方、妊娠中、産後の方もクラス作れます！お声がけください。

