

2024年5月



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
28	29	30	1 10時～11時 リラックスヨガ keiko	2 ⓪	3 8時～9時 アシュタンガビギナー natsumi	4 8時～9時30分 アシュタンガフルプライマリー natsumi
5 8時～9時30分 アシュタンガフルプライマリー natsumi	6 8時～9時 アシュタンガビギナー natsumi	7 10時～11時 ベーシックヨガ keiko 15時～16時 NEW シニア向け運動教室 yuuji	8 10時～11時 リラックスヨガ keiko	9 8時30分～10時 アシュタンガフルプライマリー natsumi 10時15分～11時15分 ベーシックヨガ natsumi	10 10時～11時 NEW 骨盤調整ヨガ natsumi	11 ⓪
12 8時～9時30分 アシュタンガフルプライマリー natsumi	13 15時～16時 NEW リストラティブヨガ natsumi	14 10時～11時 ベーシックヨガ keiko 15時～16時 NEW シニア向け運動教室 yuuji	15 10時～11時 リラックスヨガ keiko	16 8時30分～10時 アシュタンガフルプライマリー natsumi 10時15分～11時15分 ベーシックヨガ natsumi	17 10時～11時 NEW 骨盤調整ヨガ natsumi	18 8時～9時30分 アシュタンガフルプライマリー natsumi
19 ⓪	20 15時～16時 NEW リストラティブヨガ natsumi	21 10時～11時 ベーシックヨガ keiko 15時～16時 NEW シニア向け運動教室 yuuji	22 10時～11時 リラックスヨガ keiko	23 8時30分～10時 アシュタンガフルプライマリー natsumi 10時15分～11時15分 ベーシックヨガ natsumi	24 10時～11時 NEW 骨盤調整ヨガ natsumi	25 8時～9時30分 アシュタンガフルプライマリー natsumi
26 8時～9時 アシュタンガビギナー natsumi	27 15時～16時 NEW リストラティブヨガ natsumi	28 10時～11時 ベーシックヨガ keiko 15時～16時 NEW シニア向け運動教室 yuuji	29 10時～11時 リラックスヨガ keiko	30 8時30分～10時 アシュタンガフルプライマリー natsumi 10時15分～11時15分 ベーシックヨガ natsumi	31 ⓪	1
2	3					