

| 2024 | | 11月 | | | | |
|---|---|---------------------------------|---|--|---------------------------------------|---|
| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 01 | 02 |
| | | | | | 10時～11時 ベーシックヨガ ☆new☆ hiroko | 8時～9時30分 アシュタンガフル プライマリー natsumi |
| 03 | 04 | 05 | 06 | 07 | 08 | 09 |
| 7時30分～9時 アシュタンガフル プライマリー natsumi | 7時30分～9時 アシュタンガフル プライマリー natsumi | 10時～11時 ベーシックヨガ keiko | 10時～11時 リラックスヨガ keiko 11時30分～12時30分 アシュタンガビギナー keiko | 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時～11時 ベーシックヨガ ☆new☆ hiroko | 8時～9時30分 アシュタンガフル プライマリー natsumi |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 7時30分～9時 アシュタンガフル プライマリー natsumi | 休み | 10時～11時 ベーシックヨガ keiko | 10時～11時 リラックスヨガ keiko 11時30分～12時30分 アシュタンガビギナー keiko | 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時～11時 ベーシックヨガ ☆new☆ hiroko | 休み |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 7時30分～9時 アシュタンガフル プライマリー natsumi | 休み | 10時～11時 ベーシックヨガ keiko | 10時～11時 リラックスヨガ keiko 11時30分～12時30分 アシュタンガビギナー keiko | 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時～11時 ベーシックヨガ ☆new☆ hiroko | 8時～9時30分 アシュタンガフル プライマリー natsumi |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 7時30分～9時 アシュタンガフル プライマリー natsumi | 休み | 10時～11時 ベーシックヨガ keiko | 10時～11時 リラックスヨガ keiko 11時30分～12時30分 アシュタンガビギナー keiko | 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時～11時 ベーシックヨガ ☆new☆ hiroko | 8時～9時30分 アシュタンガフル プライマリー natsumi |
| 01 | 02 | xE: | | | | |