

【4月】Health & Beauty と LaLaLaフィット 月間カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
		1		3	4	5	6
教室名		アウェアネスヨーガ		動かすピラティス	LaLaLaフィット(月会費制)		ベイトレヨガ
講師名		内藤		宮本	塚本		今滝
時間		10:00~11:00		10:30~11:30	10:30~11:30		9:45~10:45
場所		1階 多目的室		1階 多目的室	1階 多目的室		1階 多目的室
教室名				メディカルピラティス		ピラティス	かんたんヨガストレッチ
講師名				西村		斎藤	福成
時間				13:00~14:15		12:15~13:15	11:30~12:30
場所				1階 多目的室		1階 多目的室	1階 多目的室
教室名		ピラティスベーシック				和らぐボディピラティス	
講師名		西村				西村	休講
時間		19:15~20:30				15:30~16:30	
場所		1階 多目的室				1階 多目的室	
	7	8		10	11	12	13
教室名	はじめてピラティス	アウェアネスヨーガ		動かすピラティス	LaLaLaフィット(月会費制)		
講師名	宮本	内藤		西村	塚本		休講
時間	9:45~10:45	10:00~11:00		10:30~11:30	10:30~11:30		
場所	1階 多目的室	1階 多目的室		1階 多目的室	1階 多目的室		
教室名	ステップアップピラティス	体幹ヨガ		メディカルピラティス		ピラティス	かんたんヨガストレッチ
講師名	宮本	青田		西村		斎藤	福成
時間	11:00~12:00	13:00~14:00		13:00~14:15		12:15~13:15	11:30~12:30
場所	1階 多目的室	1階 多目的室		1階 多目的室		1階 多目的室	1階 多目的室
教室名		ピラティスベーシック				和らぐボディピラティス	和らぐアロマヨガ
講師名		西村				西村	西村
時間		19:15~20:30				15:30~16:30	19:30~20:30
場所		1階 多目的室				1階 多目的室	1階 多目的室
	14	15		17	18	19	20
教室名	はじめてピラティス	アウェアネスヨーガ					
講師名	宮本	内藤		休講	休講	休講	休講
時間	9:45~10:45	10:00~11:00					
場所	1階 多目的室	1階 多目的室					
教室名	ステップアップピラティス	体幹ヨガ					
講師名	宮本	青田		休講		休講	休講
時間	11:00~12:00	13:00~14:00					
場所	1階 多目的室	1階 多目的室					
教室名		ピラティスベーシック					
講師名		西村				休講	休講
時間		19:15~20:30					
場所		1階 多目的室					
	21	22		24	25	26	27
教室名				動かすピラティス	LaLaLaフィット(月会費制)		ベイトレヨガ
講師名	休講	休講		西村	塚本		今滝
時間				10:30~11:30	10:30~11:30		9:45~10:45
場所				1階 多目的室	1階 多目的室		1階 多目的室
教室名				メディカルピラティス		ピラティス	かんたんヨガストレッチ
講師名	休講	休講		西村		斎藤	福成
時間				13:00~14:15		12:15~13:15	11:30~12:30
場所				1階 多目的室		1階 多目的室	1階 多目的室
教室名						和らぐボディピラティス	和らぐアロマヨガ
講師名						西村	西村
時間						15:30~16:30	19:30~20:30
場所						1階 多目的室	1階 多目的室
	28	29					
教室名	はじめてピラティス						
講師名	宮本	休講					
時間	9:45~10:45						
場所	1階 多目的室						
教室名	ステップアップピラティス						
講師名	宮本	休講					
時間	11:00~12:00						
場所	1階 多目的室						
教室名							
講師名		休講					
時間							
場所							