

【6月】Health & Beauty と LaLaLaフィット 月間カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
							1
教室名							ベビトレヨガ
講師名							今滝
時間							9:45~10:45
場所							1階 多目的室
教室名							かんたんヨガストレッチ
講師名							福成
時間							11:30~12:30
場所							1階 多目的室
教室名							和らくアロマヨガ
講師名							西村
時間							19:30~20:30
場所							1階 多目的室
	2	3		5	6	7	8
教室名	はじめてのピラティス	だれでも入門ヨガ		動かすピラティス	LaLaLaフィット(月会費制)		ベビトレヨガ
講師名	宮本	内藤		宮本	塚本		今滝
時間	9:45~10:45	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		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				和らくボディピラティス	
講師名		西村				西村	
時間		19:15~20:30				15:30~16:30	休講
場所		1階 多目的室				1階 多目的室	
	9	10		12	13	14	15
教室名	はじめてのピラティス	だれでも入門ヨガ		動かすピラティス	LaLaLaフィット(月会費制)		ベビトレヨガ
講師名	宮本	内藤		西村	塚本		今滝
時間	9:45~10:45	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		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				和らくボディピラティス	和らくアロマヨガ
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
	16	17		19	20	21	22
教室名	はじめてのピラティス	だれでも入門ヨガ		動かすピラティス	LaLaLaフィット(月会費制)		ベビトレヨガ
講師名	宮本	内藤		宮本	塚本		今滝
時間	9:45~10:45	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		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				和らくボディピラティス	和らくアロマヨガ
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
	23	24		26	27	28	29
教室名		だれでも入門ヨガ		動かすピラティス	LaLaLaフィット(月会費制)		
講師名	休講	内藤		西村	塚本		休講
時間		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		
教室名		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	休講	青田		西村		斎藤	福成
時間		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
教室名		ピラティスベーシック				和らくボディピラティス	休講
講師名		西村				西村	
時間		19:15~20:30				15:30~16:30	
場所		1階 多目的室				1階 多目的室	
	30						
教室名	はじめてのピラティス						
講師名	宮本						
時間	9:45~10:45						
場所	2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						
時間	11:00~12:00						
場所	2階 多目的室						
教室名							
講師名							
時間							
場所							