【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	2	3
教室名					LaLaLaﾌｨｯﾄ(月会費制)		ベビトレヨガ
講師名					塚本		今滝
時間					10;30～11:30		9:45～10:45
場所					1階 多目的室		1階 多目的室
教室名					アナトミーヨガ	ピラティス	かんたんヨガストレッチ
講師名					福成	斎藤	福成
時間					15:00～16:00	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							
講師名							
時間							
場所							
	4	5		7	8	9	10
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)		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	ステップアッププピラティス	体幹ヨガ		メディカルピラティス	アナトミーヨガ	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	福成	斎藤	福成
時間	11:00～12:00	13:00～14:00		13:00～14:15	15:00～16:00	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	1階 多目的室
教室名		ピラティスベーシック					
講師名		西村					
時間		19:15～20:30					
場所		1階 多目的室					
	11	12		14	15	16	17
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		宮本	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	ステップアッププピラティス	体幹ヨガ		メディカルピラティス	アナトミーヨガ	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	福成	斎藤	福成
時間	11:00～12:00	13:00～14:00		13:00～14:15	15:00～16:00	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	1階 多目的室
教室名		ピラティスベーシック					
講師名		西村					
時間		19:15～20:30					
場所		1階 多目的室					
	18	19		21	22	23	24
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)		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	ステップアッププピラティス	体幹ヨガ		メディカルピラティス	アナトミーヨガ	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	福成	斎藤	福成
時間	11:00～12:00	13:00～14:00		13:00～14:15	15:00～16:00	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	1階 多目的室
教室名		ピラティスベーシック					
講師名		西村					
時間		19:15～20:30					
場所		1階 多目的室					
	25	26		28	29	30	
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(代行)	塚本		
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	ステップアッププピラティス	体幹ヨガ		メディカルピラティス	アナトミーヨガ	ピラティス	
講師名	宮本	青田		西村	福成	斎藤	
時間	11:00～12:00	13:00～14:00		13:00～14:15	15:00～16:00	12:15～13:15	
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					
講師名		西村					
時間		19:15～20:30					
場所		1階 多目的室					