

【5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
教室名							
講師名							
時間							
場所							
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						休講	休講
講師名							
時間							
場所							
	3	4		6	7	8	9
教室名	はじめてピラティス	休講		動かすピラティス			
講師名	宮本			宮本			
時間	9:45~10:45			10:30~11:30			
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	休講		休講			かんたんヨガストレッチ
講師名	宮本						福成
時間	11:00~12:00						11:30~12:30
場所	1階 多目的室						1階 多目的室
教室名						和らぐピラティス	和らぐアロマヨガ
講師名						西村	西村
時間						15:30~16:30	19:30~20:45
場所						1階 多目的室	1階 多目的室
	10	11		13	14	15	16
教室名	はじめてピラティス	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)		
講師名	宮本	内藤		西村	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	ステップアップピラティス	背骨コンディショニング		メディカルピラティス			かんたんヨガストレッチ
講師名	宮本	石井		西村			福成
時間	11:00~12:00	11:30~12:30		13:00~14:15			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		和らぐピラティス	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	19:30~20:45
場所				1階 多目的室		1階 多目的室	1階 多目的室
	17	18		20	21	22	23
教室名	はじめてピラティス	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)		
講師名	宮本	内藤		宮本	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	ステップアップピラティス	背骨コンディショニング		メディカルピラティス			かんたんヨガストレッチ
講師名	宮本	石井		西村			福成
時間	11:00~12:00	11:30~12:30		13:00~14:15			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		和らぐピラティス	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	19:30~20:45
場所				1階 多目的室		1階 多目的室	1階 多目的室
	24	25		27	28	29	30
教室名	はじめてピラティス	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)		
講師名	宮本	内藤		西村	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	ステップアップピラティス	背骨コンディショニング		メディカルピラティス			かんたんヨガストレッチ
講師名	宮本	石井		西村			福成
時間	11:00~12:00	11:30~12:30		13:00~14:15			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		和らぐピラティス	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	19:30~20:45
場所				1階 多目的室		1階 多目的室	1階 多目的室
	31						
教室名	はじめてピラティス						
講師名	宮本						
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						
時間	11:00~12:00						
場所	1階 多目的室						
教室名							
講師名							
時間							
場所							