

3月 グループレッスンカレンダー (3/12-3/31)

12 (日)	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
<p>10:15-11:15 ピラティス 有川 裕美</p> <p>11:30-12:30 ヨガムーヴ 有川 裕美</p>	<p>18:00-19:00 ピラティス (パレル・リング)</p> <p>代表: 岡本 啓</p>	<p>18:45-19:45 顔と身体のヨガ 有川 裕美</p> <p>20:00-21:00 ストレッチーズ 有川 裕美</p>	<p>18:00-19:00 ピラティス (パレル・リング)</p> <p>代表: 岡本 啓</p>	<p>20:00-21:00 シルク サスペンション</p> <p>※レベル1・2・3 有川 裕美</p>		
19 (日)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
<p>10:00-11:00 シルクサスペンション 有川 裕美</p> <p>11:00-12:00 ヒップアップ 有川 裕美</p> <p>13:30-14:30 小顔レッスン 有川 裕美</p>	/	<p>18:45-19:45 顔と身体のヨガ 有川 裕美</p> <p>20:00-21:00 ストレッチーズ 有川 裕美</p>	<p>18:00-19:00 ピラティス (パレル・リング)</p> <p>代表: 岡本 啓</p>	<p>20:00-21:00 シルク サスペンション</p> <p>※レベル1・2・3 有川 裕美</p>		<p>15:00-17:00 スラックライン体験会 代表: 岡本 啓</p>
26 (日)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)	/
/	<p>18:00-19:00 ピラティス (パレル・リング)</p> <p>代表: 岡本 啓</p>	<p>18:45-19:45 顔と身体のヨガ 有川 裕美</p> <p>20:00-21:00 ストレッチーズ 有川 裕美</p>	<p>18:00-19:00 ピラティス (パレル・リング)</p> <p>代表: 岡本 啓</p>	<p>20:00-21:00 シルク サスペンション</p> <p>※レベル1・2・3 有川 裕美</p>		/