

3月 グループレッスンカレンダー (3/1-3/11)

			1	2	3	4
(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
			18 : 00-19 : 00 ピラティス (パレル・リング) 代表 : 岡本 啓	20 : 00-21 : 00 シルク サスペンション ※レベル1・2・3 有川 裕美		10 : 00-11 : 00 シルクサスペンション 有川 裕美 11 : 00-12 : 00 ヒップアップ 有川 裕美 13 : 30-14 : 30 小顔レッスン 有川 裕美 15 : 00-17 : 00 スラックライン体験会 代表 : 岡本 啓
5	6	7	8	9	10	11
(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
10 : 15-11 : 15 ピラティス 有川 裕美 11 : 30-12 : 30 ヨガムーヴ 有川 裕美	18 : 00-19 : 00 ピラティス (パレル・リング) 代表 : 岡本 啓	18 : 45-19 : 45 顔と身体のヨガ 有川 裕美 20 : 00-21 : 00 ストレッチーズ 有川 裕美	18 : 00-19 : 00 ピラティス (パレル・リング) 代表 : 岡本 啓	20 : 00-21 : 00 シルク サスペンション ※レベル1・2・3 有川 裕美		10 : 00-11 : 00 シルクサスペンション 有川 裕美 11 : 00-12 : 00 ヒップアップ 有川 裕美 13 : 30-14 : 30 小顔レッスン 有川 裕美 15 : 00-17 : 00 スラックライン体験会 代表 : 岡本 啓