

日	月	火	水	木	金	土
●新月 1	2	憲法記念日 3	みどりの日 4	こどもの日 5	6	7
close	20:30- ファンクショナル ローラーピラティス ★★/調 Atsushi				19:00- 週末のセルフケア リフレッシュフローヨガ ★★★★/調 Azusa 20:30- 自律神経を整える リラックスヨガ ★/癒 Azusa	10:30- 快適な1日にするための モーニングフローヨガ ★★★★/調 Erika
8	9	10	11	12	13	14
close	20:30- ファンクショナル ローラーピラティス ★★/調 Atsushi	15:30- むくみ解消！ 春のデトックスヨガ ★★/調 Ayano	15:30- 夕方の疲れに効く リラックスヨガ ★★/癒 Hiroko 19:00- 体を温めて健康に 免疫力アップヨガ ★★/調 K.Mayumi 20:30- 翌朝スッキリ 眠りのためのヨガ ★/癒 K.Mayumi	close	19:00- 週末のセルフケア リフレッシュフローヨガ ★★★★/調 Azusa 20:30- 自律神経を整える リラックスヨガ ★/癒 Azusa	10:30- 快適な1日にするための モーニングフローヨガ ★★★★/調 Erika
15	○満月 16	17	18	19	20	21
close	20:30- ファンクショナル ローラーピラティス ★★/調 Atsushi	15:30- むくみ解消！ 春のデトックスヨガ ★★/調 Ayano	15:30- 夕方の疲れに効く リラックスヨガ ★★/癒 Hiroko 19:00- 体を温めて健康に 免疫力アップヨガ ★★/調 K.Mayumi 20:30- 翌朝スッキリ 眠りのためのヨガ ★/癒 K.Mayumi	close	19:00- 週末のセルフケア リフレッシュフローヨガ ★★★★/調 Azusa 20:30- 自律神経を整える リラックスヨガ ★/癒 Azusa	10:30- 快適な1日にするための モーニングフローヨガ ★★★★/調 Erika
22	23	24	25	26	27	28
close	20:30- ファンクショナル ローラーピラティス ★★/調 Atsushi	15:30- むくみ解消！ 春のデトックスヨガ ★★/調 Ayano	15:30- 夕方の疲れに効く リラックスヨガ ★★/癒 Hiroko 19:00- 体を温めて健康に 免疫力アップヨガ ★★/調 K.Mayumi 20:30- 翌朝スッキリ 眠りのためのヨガ ★/癒 K.Mayumi	close	19:00- 週末のセルフケア リフレッシュフローヨガ ★★★★/調 Azusa 20:30- 自律神経を整える リラックスヨガ ★/癒 Azusa	10:30- 快適な1日にするための モーニングフローヨガ ★★★★/調 Erika
29	●新月 30	31				
close	close	close				