

5月1日

水曜日

⑤10:10-11:10 Pilates

Aiko Takamiya / 高宮 愛子

①14:00-15:00 Yoga

Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

5月2日

木曜日

⑥10:10-11:10 Step Work..

Nobuko Noura / 野浦 展子

5月3日

金曜日

⑦10:10-11:10 Level1

Nobuko Noura / 野浦 展子

⑧14:00-15:00 Yoga

Makiko Fujiwara / 藤原 牧子

5月4日

土曜日

5月5日

日曜日

5月6日

月曜日

祝日営業 / Open

5月7日

火曜日

① 9:45-10:45 Yoga

Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

②11:00-12:00 Ball&Pole

Nami Ishii / 石井 奈美

★ 12:15-13:00 Aquabics

Nobuko Noura / 野浦 展子

③13:45-14:30 Aroma

Nobuko Noura / 野浦 展子

5月8日 **水曜日**

- ⑤10:00-11:00 Pilates Aiko Takamiya / 高宮 愛子
①14:00-15:00 Yoga Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

5月9日 **木曜日**

- ⑥10:00-11:00 Step Work.. Nobuko Noura / 野浦 展子
⑫14:30-15:30 Wave condi.. Shinobu Kaji / 梶 しのぶ

5月10日 **金曜日**

- ⑦10:00-11:00 Level1 Nobuko Noura / 野浦 展子
⑧14:00-15:00 Yoga Makiko Fujiwara / 藤原 牧子
②15:30-16:30 Ball&Pole Nami Ishii / 石井 奈美

5月11日 **土曜日**

- ⑨11:00-12:00 Hula Nobuko Okumura / 奥村 延子

5月12日 **日曜日**

- ⑪11:00-12:00 Danish gym.. Saki Matsuura / 松浦 早希
⑩14:30-15:30 Refresh&Aero Tomoko Okada / 岡田 智子

5月13日 **月曜日**

休館日 / Closed

5月14日 **火曜日**

- ① 9:45-10:45 Yoga Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子
②11:00-12:00 Ball&Pole Nami Ishii / 石井 奈美
★ 12:15-13:00 Aquabics Nobuko Noura / 野浦 展子
③13:45-14:30 Aroma Nobuko Noura / 野浦 展子

5月15日 **水曜日**

- ⑤10:00-11:00 Pilates Aiko Takamiya / 高宮 愛子
①14:00-15:00 Yoga Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

5月16日 **木曜日**

- ⑥10:00-11:00 Step Work.. Nobuko Noura / 野浦 展子
⑫14:30-15:30 Wave condi.. Shinobu Kaji / 梶 しのぶ

5月17日 **金曜日**

- ⑦10:00-11:00 Level1 Nobuko Noura / 野浦 展子
⑧14:00-15:00 Yoga Makiko Fujiwara / 藤原 牧子
⑫15:30-16:30 Wave condi.. Shinobu Kaji / 梶 しのぶ

5月18日 **土曜日**

- ⑨11:00-12:00 Hula Nobuko Okumura / 奥村 延子

5月19日 **日曜日**

- ⑪11:00-12:00 Danish gym.. Saki Matsuura / 松浦 早希
⑩14:30-15:30 Refresh&Aero Tomoko Okada / 岡田 智子

5月20日 **月曜日**

休館日 / Closed

5月21日 **火曜日**

- ① 9:45-10:45 Yoga Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子
②11:00-12:00 Ball&Pole Nami Ishii / 石井 奈美
★ 12:15-13:00 Aquabics Nobuko Noura / 野浦 展子
③13:45-14:30 Aroma Nobuko Noura / 野浦 展子

5月22日 **水曜日**

⑤10:00-11:00 Pilates

Aiko Takamiya / 高宮 愛子

①14:00-15:00 Yoga

Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

5月23日 **木曜日**

⑥10:00-11:00 Step Work..

Nobuko Noura / 野浦 展子

⑫14:30-15:30 Wave condi..

Shinobu Kaji / 梶 しのぶ

5月24日 **金曜日**

⑦10:00-11:00 Level1

Nobuko Noura / 野浦 展子

⑧14:00-15:00 Yoga

Makiko Fujiwara / 藤原 牧子

②15:30-16:30 Ball&Pole

Nami Ishii / 石井 奈美

5月25日 **土曜日**

⑨11:00-12:00 Hula

Nobuko Okumura / 奥村 延子

5月26日 **日曜日**

①11:00-12:00 Yoga

Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

⑩14:30-15:30 Refresh&Aero

Tomoko Okada / 岡田 智子

5月27日 **月曜日**

休館日 / Closed

5月28日 **火曜日**

① 9:45-10:45 Yoga

Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

②11:00-12:00 Ball&Pole

Nami Ishii / 石井 奈美

★ 12:15-13:00 Aquabics

Nobuko Noura / 野浦 展子

③13:45-14:30 Aroma

Nobuko Noura / 野浦 展子

5月29日

水曜日

⑤10:00-11:00 Pilates

Aiko Takamiya / 高宮 愛子

①14:00-15:00 Yoga

Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

5月30日

木曜日

⑥10:00-11:00 Step Work..

Nobuko Noura / 野浦 展子

⑫14:30-15:30 Wave condi..

Shinobu Kaji / 梶 しのぶ

5月31日

金曜日

⑦10:00-11:00 Level1

Nobuko Noura / 野浦 展子

⑧14:00-15:00 Yoga

Makiko Fujiwara / 藤原 牧子