

2020年6月



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
31	1 ストレッチポール&ヨガ 10:00~11:00	2	3 サーキットトレーニング 9:30~10:30	4 YOGA 10:00~11:00 YOGA 3:30~14:30 ¹	5 おやすみヨガ 22:00~22:30	6 ビューティーヨガ 13:30~14:30
7	8 ボディケアヨガ 10:00~11:00 おやすみヨガ 22:00~22:30	9	10 サーキットトレーニング 9:30~10:30	11 YOGA 10:00~11:00	12 YOGA 13:30~14:30	13
14	15 ボディケアヨガ 10:00~11:00	16	17	18 YOGA 10:00~11:00 YOGA 3:30~14:30 ¹	19 おやすみヨガ 22:00~22:30	20 ストレッチポール&ヨガ 13:30~14:30
21	22 ボディケアヨガ 10:00~11:00 おやすみヨガ 22:00~22:30	23	24	25 YOGA 10:00~11:00 YOGA 3:30~14:30 ¹	26 YOGA 13:30~14:30	27
28	29 おやすみヨガ 22:00~22:30	30	1	2	3	4
5	6					