

4月1日 **日曜日**

⑪11:00-12:00 Danish gym..

Saki Matsuura / 松浦 早希

⑩14:30-15:30 Level2

Tomoko Okada / 岡田 智子

4月2日 **月曜日**

休館日 / Closed

4月3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

③13:30-14:40 Aroma

Nobuko Noura / 野浦 展子

④19:00-20:00 Ballet exer..

Fukuyo Watanabe / 渡邊 福代

4月4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

4月5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

4月6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

4月7日 **土曜日**

⑨10:15-11:15 Hula

Nobuko Okumura / 奥村 延子

⑨11:00-12:00 Hula

Nobuko Okumura / 奥村 延子

4月8日 **日曜日**

⑪11:00-12:00 Danish gym..

Saki Matsuura / 松浦 早希

⑩14:30-15:30 Level2

Tomoko Okada / 岡田 智子

4月9日 **月曜日**

休館日 / Closed

Nobuko Noura / 野浦 展子

4月10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

③13:30-14:40 Aroma

Nobuko Noura / 野浦 展子

④19:00-20:00 Ballet exer..

Fukuyo Watanabe / 渡邊 福代

4月11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

4月12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

4月13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

4月14日 **土曜日**

①17:00-18:00 Yoga

Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

4月15日 **日曜日**

- ⑪11:00-12:00 Danish gym.. Saki Matsuura / 松浦 早希
⑩14:30-15:30 Level2 Tomoko Okada / 岡田 智子

4月16日 **月曜日**

休館日 / Closed

4月17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
③13:30-14:40 Aroma Nobuko Noura / 野浦 展子
④19:00-20:00 Ballet exer.. Fukuyo Watanabe / 渡邊 福代

4月18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

4月19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

4月20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

4月21日 **土曜日**

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

4月22日 **日曜日**

⑪11:00-12:00 Danish gym.. Saki Matsuura / 松浦 早希

4月23日 **月曜日**

休館日 / Closed

4月24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
③13:30-14:40 Aroma Nobuko Noura / 野浦 展子
④19:00-20:00 Ballet exer.. Fukuyo Watanabe / 渡邊 福代

4月25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

4月26日 **木曜日**

⑥10:00-11:00 Step Work.. Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子
⑫14:30-15:30 Wave condi.. Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

4月27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
②19:30-20:30 Ball&Pole Nami Ishii / 石井 奈美

4月28日 **土曜日**

①17:00-18:00 Yoga Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

4月29日

日曜日

⑪10:30-11:30 Danish gym..

Saki Matsuura / 松浦 早希

⑩14:30-15:30 Level2

Saki Matsuura / 松浦 早希

4月30日

月曜日

祝日営業 / Open