

| 日曜日               | 月曜日   | 火曜日   | 水曜日   | 木曜日               | 金曜日   | 土曜日  |
|-------------------|---|---|---|-------------------|---|--|
| 26                | 27  | 28  | 29  | 30                | 31  | 1<br>10:00~13:30<br><b>NEW</b> 10:00~11:00<br>下半身強化ヨガ  |
| 2<br>10:00~17:00  | 3<br>13:00~21:00<br>13:30~14:30<br>下半身強化ヨガ  | 4<br><b>お休み</b>   | 5<br>10:00~20:00<br>13:00~14:00<br>簡単ストレッチヨガ<br>14:30~15:30<br>下半身強化ヨガ  | 6<br>14:00~21:30  | 7<br>14:00~21:30<br>15:30~16:30<br>簡単ストレッチヨガ  | 8<br>10:00~15:30<br>10:00~11:00<br><b>NEW</b> 下半身強化ヨガ  |
| 9<br>10:00~17:00  | 10<br>13:00~21:00<br>13:30~14:30<br>下半身強化ヨガ | 11<br>10:00~21:30<br>12:00~14:00<br>EMS集団   | 12<br>10:00~20:00<br>13:00~14:00<br>簡単ストレッチヨガ<br>14:30~15:30<br>下半身強化ヨガ | 13<br>14:00~21:30 | 14<br>14:00~21:30<br>15:30~16:30<br>簡単ストレッチヨガ | 15<br>10:00~15:30<br>10:00~11:00<br><b>NEW</b> 下半身強化ヨガ |
| 16<br>10:00~17:00 | 17<br>13:00~21:00<br>13:30~14:30<br>下半身強化ヨガ | 18<br>10:00~21:30<br>12:00~14:00<br>EMS集団   | 19<br>10:00~20:00<br>13:00~14:00<br>簡単ストレッチヨガ<br>14:30~15:30<br>下半身強化ヨガ | 20<br>14:00~21:30 | 21<br>14:00~21:30<br>15:30~16:30<br>簡単ストレッチヨガ | 22<br>10:00~15:30<br>10:00~11:00<br><b>NEW</b> 下半身強化ヨガ |
| 23<br>10:00~17:00 | 24<br>13:00~21:00<br>13:30~14:30<br>下半身強化ヨガ | 25<br>10:00~21:30<br>12:00~14:00<br>EMS集団   | 26<br>10:00~20:00<br>13:00~14:00<br>簡単ストレッチヨガ<br>14:30~15:30<br>下半身強化ヨガ | 27<br>14:00~21:30 | 28<br>14:00~21:30<br>15:30~16:30<br>簡単ストレッチヨガ | 29<br>10:00~15:30<br>10:00~11:00<br><b>NEW</b> 下半身強化ヨガ |
| 30                | 1   | <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="background-color: #00aaff; color: white; padding: 5px; border-radius: 10px; text-align: center;">             EMS集団<br/>単発4,950円           </div> <div style="background-color: #008000; color: white; padding: 5px; border-radius: 10px; text-align: center;">             ヨガスクール<br/>月8,800円 / 月4回<br/>※5週の週は5回可能           </div> <div style="background-color: #008000; color: white; padding: 5px; border-radius: 10px; text-align: center;">  EMS会員の方は<br/><b>990円/回</b><br/>でレッスンを受けること<br/>が出来ます!!           </div> </div> |   |                   |   |  |