

2025年3月 イベントカレンダー

IOMC. 池袋オーリーブメンタルクリニック
Ikebukuro Olive Mental Clinic

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
23	24	25 11:00~12:00 ピラティス (Akiyo)	26	27	28	1 15:00~16:30 ヨガ (吉田)	
2 10:00~11:30 オダカヨガ (アルパカ)	3	4 11:00~12:00 ピラティス (Akiyo)	5	6	7	8	
9	10	11 11:00~12:00 ピラティス (Akiyo)	12	13	14	15 15:00~16:30 ヨガ (吉田)	
16 10:00~11:30 オダカヨガ (アルパカ)	17	18 11:00~12:00 ピラティス (Akiyo)	19	20	21	22 15:00~16:30 ヨガ (吉田)	
23	24	25 11:00~12:00 ピラティス (Akiyo)	26	27	28	29	
30	31	(土) 心と体を整えるヨガ 【吉田】 (月) オダカヨガ 【アルパカ】 (火) ホイールピラティス 【Akiyo】				運動量) ★★☆☆☆ 運動量) ★★★★★ 運動量) ★★★☆☆	