

2025年4月 イベントカレンダー

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