

**3月1日**

**金曜日**

⑦10:10-11:10 Level1

Nobuko Noura / 野浦 展子

⑧14:00-15:00 Yoga

Makiko Fujiwara / 藤原 牧子

**3月2日**

**土曜日**

⑨11:00-12:00 Hula

Nobuko Okumura / 奥村 延子

**3月3日**

**日曜日**

①11:00-12:00 Yoga

Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

⑩14:30-15:30 Level2

Tomoko Okada / 岡田 智子

**3月4日**

**月曜日**

休館日 / Closed

**3月5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

③13:45-14:30 Aroma

Nobuko Noura / 野浦 展子

④19:00-20:00 Ballet exer..

Fukuyo Watanabe / 渡邊 福代

**3月6日**

**水曜日**

⑤10:00-11:00 Pilates

Aiko Takamiya / 高宮 愛子

⑪11:15-12:15 Danish gym..

Saki Matsuura / 松浦 早希

①14:00-15:00 Yoga

Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

**3月7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

**3月8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

**3月9日**

**土曜日**

⑨11:00-12:00 Hula

Nobuko Okumura / 奥村 延子

**3月10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

**3月11日**

**月曜日**

祝日営業 / Open

**3月12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

③13:45-14:30 Aroma

Nobuko Noura / 野浦 展子

④19:00-20:00 Ballet exer..

Fukuyo Watanabe / 渡邊 福代

**3月13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

**3月14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

**3月15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

**3月16日**

**土曜日**

⑨11:00-12:00 Hula

Nobuko Okumura / 奥村 延子

**3月17日**

**日曜日**

⑩11:00-12:00 Danish gym..

Saki Matsuura / 松浦 早希

**3月18日**

**月曜日**

休館日 / Closed

**3月19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

③13:45-14:30 Aroma

Nobuko Noura / 野浦 展子

④19:00-20:00 Ballet exer..

Fukuyo Watanabe / 渡邊 福代

**3月20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

**3月21日**

**木曜日**

⑥10:10-11:10 Step Work..

Nobuko Noura / 野浦 展子

⑫14:30-15:30 Wave condi..

Shinobu Kaji / 梶 しのぶ

**3月22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

**3月23日**

**土曜日**

⑨11:00-12:00 Hula

Nobuko Okumura / 奥村 延子

**3月24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

**3月25日**

**月曜日**

休館日 / Closed

**3月26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

③13:45-14:30 Aroma

Nobuko Noura / 野浦 展子

④19:00-20:00 Ballet exer..

Fukuyo Watanabe / 渡邊 福代

**3月27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

**3月28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