

**8月1日** **木曜日**

⑫14:30-15:30 Wave condi.. Shinobu Kaji / 梶 しのぶ

**8月2日** **金曜日**

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

⑧14:00-15:00 Yoga Makiko Fujiwara / 藤原 牧子

⑫15:30-16:30 Wave condi.. Shinobu Kaji / 梶 しのぶ

**8月3日** **土曜日**

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

**8月4日** **日曜日**

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

⑩14:30-15:30 Refresh&Aero Tomoko Okada / 岡田 智子

**8月5日** **月曜日**

休館日 / Closed

**8月6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

⑩14:30-15:30 Refresh&Aero Tomoko Okada / 岡田 智子

④19:00-20:00 Ballet exer.. Fukuyo Watanabe / 渡邊 福代

**8月7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

**8月8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

**8月9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

**8月10日 土曜日**

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

**8月11日 日曜日**

- ⑦11:00-12:00 Level1 Nobuko Noura / 野浦 展子

**8月12日 月曜日**

祝日営業 / Open

**8月13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

**8月14日 水曜日**

- ⑤10:00-11:00 Pilates Aiko Takamiya / 高宮 愛子  
⑬11:15-12:15 Belly dance Eva Klok/ エヴァ クロック  
①14:00-15:00 Yoga Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

**8月15日 木曜日**

⑥10:00-11:00 Step Work.. Nobuko Noura / 野浦 展子

**8月16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

**8月17日 土曜日**

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

★12:15-13:00 Aquabics Nobuko Noura / 野浦 展子

③13:45-14:30 Aroma Nobuko Noura / 野浦 展子

**8月18日 日曜日**

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

**8月19日 月曜日**

休館日/Closed

**8月20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

**8月21日 水曜日**

⑤10:00-11:00 Pilates Aiko Takamiya / 高宮 愛子

⑬11:15-12:15 Belly dance Eva Klok/ エヴァ クロック

①14:00-15:00 Yoga Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

**8月22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

**8月23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

**8月24日 土曜日**

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

**8月25日 日曜日**

- ①11:00-12:00 Yoga Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子  
⑩14:30-15:30 Refresh&Aero Tomoko Okada / 岡田 智子

**8月26日 月曜日**

休館日 / Closed

**8月27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

**8月28日 水曜日**

- ⑤10:00-11:00 Pilates Aiko Takamiya / 高宮 愛子  
⑬11:15-12:15 Belly dance Eva Klok / エヴァ クロック  
⑪12:30-13:30 Danish gym.. Saki Matsuura / 松浦 早希  
①14:00-15:00 Yoga Atsuko Kiyokawa / 清川 敦子

**8月29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

**8月30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

**8月31日**                      **土曜日**

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