

7月

2017



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
26	27	28	29	30	01	02
03 ストレッチズ14:00～ <u>あすりは平岡開催</u>	04 優しいピラティス入門 (澤田) 11:00～	05	06 腰痛・反り腰改善10:00～ ストレッチズ11:30～	07 ママとベビーのカラダケア 11:00～ 14:00～個人セッション・レッスン リクエスト開催可能	08	09
10	11	12 ストレッチズ10:30～ <u>あすりは平岡開催</u>	13 ストレッチズ10:00～ 11:30以降個人セッション・レッスン リクエスト開催可能	14 終日 個人セッション・レッスン リクエスト開催可能	15	16
17	18 マタニティピラティス (澤田) 11:00～	19	20 肩こり・猫背改善クラス10:00 ストレッチズ11:30～ 13:30以降個人セッション・レッスン リクエスト開催可能	21 12:30以降個人セッション・レッスン リクエスト開催可能	22 《出張サロン ～Malie～マーリエ》 荒谷かなこさん	23
24 ストレッチズ14:00～ <u>あすりは平岡開催</u>	25 ストレッチズ10:00～ たいかんヨガ(光安) 13:30～	26 ストレッチズ10:30～ <u>あすりは平岡開催</u>	27 COCOROYOI癒しのイベント (ジェルネイルジャバイ育恵さん) (トリートメント脇坂さやかさん)	28 終日 個人セッション・レッスン リクエスト開催可能	29 優しいピラティス入門 (澤田) 11:00～	30
31	01	02	03	04	05	06

各レッスン詳細はFacebook又はアメブロにてご確認ください。お申し込みは各案内ページリンク先からか、メッセージ、LINE又はお電話にてお願いします。

LINE ID (miccy0725) 携帯電話090-8707-5641



Facebook



アメブロ