

# 令和5年12月

## 2Fトレーニングルーム

使用日	曜日	午前	午後	夜間
12/1	金	はじめてヨガ		はじめてヨガ
12/2	土	ハワイアンフラリノプルメリア	ハワイアンフラリノプルメリア	
12/3	日			
12/4	月			
12/5	火	ごとんぼ	ドレミ	はじめてヨガ
12/6	水	ハワイアンフラリノプルメリア	京美会	ハワイアンフラピカケ
12/7	木	コープスポーツヨーガ		
12/8	金	はじめてヨガ	ハワイアンフラピカケ	はじめてヨガ
12/9	土	ハワイアンフラリノプルメリア	ハワイアンフラリノプルメリア	
12/10	日			
12/11	月			
12/12	火		ドレミ	はじめてヨガ
12/13	水	コープスポーツヨーガ		
12/14	木	コープスポーツヨーガ		
12/15	金	はじめてヨガ		はじめてヨガ
12/16	土	ハワイアンフラリノプルメリア	ハワイアンフラリノプルメリア	
12/17	日			
12/18	月			
12/19	火		ドレミ	はじめてヨガ
12/20	水	ハワイアンフラリノプルメリア		ハワイアンフラピカケ
12/21	木	コープスポーツヨーガ		
12/22	金	はじめてヨガ	ハワイアンフラリノプルメリア	はじめてヨガ
12/23	土	ハワイアンフラリノプルメリア	ハワイアンフラリノプルメリア	
12/24	日		TZ	
12/25	月			
12/26	火			はじめてヨガ
12/27	水	ハワイアンフラリノプルメリア	京美会	
12/28	木			
12/29	金			
12/30	土			
12/31	日			