

令和7年10月

# 2F\_トレーニングルーム

使用日		午 前	午 後	夜 間
1	水	ハワイアンフラリノプルメリア(水)	ドレミ	ハワイアンフラピカケ
2	木	コープスポーツヨーガ(木)	PONO dance school	PONO dance school
3	金	はじめてヨガ		はじめてヨガ
4	土			
5	日			
6	月			
7	火	体軸ストレッチ	Lino Pirina	はじめてヨガ
8	水	コープスポーツヨーガ(水)	京美会	
9	木	コープスポーツヨーガ(木)	PONO dance school	PONO dance school
10	金	はじめてヨガ	ハワイアンフラピカケ	はじめてヨガ
11	土			
12	日			
13	祝月			
14	火	体軸ストレッチ	フラ・マナ・オラナ	はじめてヨガ
15	水	ハワイアンフラリノプルメリア(水)	京美会	ハワイアンフラピカケ
16	木		PONO dance school	PONO dance school
17	金	はじめてヨガ		はじめてヨガ
18	土			
19	日			
20	月			
21	火	Lino Pirina	イングリッシュダンス・フレンドリー	はじめてヨガ
22	水	コープスポーツヨーガ(水)	ドレミ	
23	木	コープスポーツヨーガ(木)	PONO dance school	PONO dance school
24	金	はじめてヨガ		はじめてヨガ
25	土			
26	日			
27	月			
28	火	体軸ストレッチ	フラ・マナ・オラナ	はじめてヨガ
29	水	ハワイアンフラリノプルメリア(水)	ドレミ	
30	木	コープスポーツヨーガ(木)	PONO dance school	PONO dance school
31	金			