

2026年6月スケジュール

開催日がレッスン名の下に記載

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
<p>13:30~14:30★★ やさしいヨガ (6/22,29)</p> <p>14:45~16:45 女性の悩み相談 & パーソナル (6/22,29)</p>	<p>9:45~10:45★ 骨盤ケア 妊婦&産後 心貴 (6/2,9,16,23)</p> <p>11:00~12:00 ★★★ ビューティメイクヨガ (6/2,9,16,23)</p>	<p style="text-align: center; font-size: 2em; color: red;">休館日</p>	<p>9:45~10:45★★ ZUMBA 心貴 (6/4,11,18,25)</p> <p>11:00~12:00★ 骨盤体操 心貴 (6/4,11,18,25)</p> <p>13:15~14:15★ 骨盤ケア 妊婦&産後 (6/4,11,18,25)</p> <p>14:30~16:30 女性の悩み相談 & パーソナル (6/4,11,18,25)</p> <p>20:00~21:00★★ ナイトヒーリングヨガ (6/4,11,18,25)</p>	<p>9:45~10:45★★ ZUMBA gold® 心貴 (6/5,19,26)</p> <p>11:00~12:00★★ やさしいヨガ (6/5,19,26)</p> <p>15:45~17:45 女性の悩み相談 & パーソナル (6/5,19,26)</p> <p>19:45~20:45★★★ ZUMBA® (6/5,19,26)</p>	<p>7:00~8:00★★ サンライズヨガ (6/6,13,20,27)</p> 	<p>7:00~8:00★★ サンライズヨガ (6/7,21,28)</p>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>(休講) やさしいヨガ 6/1,8,15 骨盤ケア 妊婦・産後向け 6/30 ビューティメイクヨガ 6/30 ZUMBA GOLD 6/12 サンライズヨガ 6/14</p> </div>						

体験1000円で随時募集中！

ヨガ

骨盤ケア
(妊婦・産後向け)
親子同伴可

コンディショニング系

有酸素運動

パーソナルレッスン
※レッスン料がパーソナル料金

★ ゆったり系
★★ 普通
★★★ 強度高い