

月	火	水	木	金	土	日
10:30~11:30 子連れ ママヨガ みやこ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">             第三火曜日              子育てサロン              「スターキッズ」           </div>	10:00~10:45 ピラリング みやこ	10:00~10:45 モーニング ヨガ みの	10:00~10:45 やさしい ヨガ はるか 11:00~12:00 脂肪燃焼 ヨガ はるか	11:15~12:00 からだスッキリ ヨガ みやこ	休館日
12:30~13:15 アフタヌーン ヨガ みの	13:00~13:45 からだスッキリ ヨガ みの					
15:20~ Kids Dance	15:20~18:50 Oka English	14:30~17:00 ひまわり 体操教室	15:20~18:50 Oka English	15:20~17:50 Oka English		
19:30~20:30 ダイエットヨガ はるか	19:15~20:00 からだスッキリ ヨガ はるか					
20:45~21:30 ピラティス はるか		20:00~21:00 ダイエット ピラリング みやこ				