

1月

教室スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	<p>元旦</p> <p>お休み</p>					
7	8	9	10	11	12	13
産後のママピラティス & ストレッチ 10:00~11:00 マタニティストレッチ 11:15~12:15 ママと赤ちゃんの ふれあいフィットネス 12:30~13:30	マタニティピクス 13:30~14:30	産後のママピクス 10:30~11:30 前期・母親教室 13:30~15:30		後期・母親教室 13:30~15:30	パパママ教室 10:30~12:00	
14	15	16	17	18	19	20
	わらわらた ベビーマッサージ 10:00~10:45 モグモグ&ぶくぶく教室 10:30~11:30 マタニティピクス 13:30~14:30	産後のママピクス 10:30~11:30 前期・母親教室 13:30~15:30		後期・母親教室 13:30~15:30	マタニティ エクササイズ 10:00~11:00	
21	22	23	24	25	26	27
産後のママピラティス & ストレッチ 10:00~11:00 マタニティ ストレッチ 11:15~12:15		産後のママピクス 10:30~11:30			マタニティ エクササイズ 10:00~11:00	
28	29	30	31			
産後のママピラティス & ストレッチ 10:00~11:00 マタニティストレッチ 11:15~12:15 ママと赤ちゃんの ふれあいフィットネス 12:30~13:30	マタニティピクス 13:30~14:30	産後のママピクス 10:30~11:30				

★詳細等は1F受付スタッフまでお気軽にお尋ねください★