

7月

教室スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
						マタニティ エクササイズ 13:30~14:30
4	5	6	7	8	9	10
	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		後期・母親教室 13:30~15:30	マタニティ エクササイズ 13:30~14:30
11	12	13	14	15	16	17
	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	モグモグ& ずくずく教室 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 13:30~14:30
18	19	20	21	22	23	24
	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			マタニティ エクササイズ 13:30~14:30
25	26	27	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			マタニティ エクササイズ 13:30~14:30

★詳細等は1F受付スタッフまでお気軽にお尋ねください★



Kawai Ladies Clinic