

11月

教室スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	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				マタニティ エクササイズ 13:30~14:30
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	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 13:30~14:30
14	15	16	17	18	19	20
	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
21	22	23	24	25	26	27
			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
28	29	30				
	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				

★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