

2026年6月

日	月	火	水	木	金	土
	1 14:30 ストレッチ&リリース 18:30 やわらかくなるヨガ	2 <b>closed</b>	3 10:30 呼吸と12のポーズ 19:00 ストレッチ&リリース	4 10:30 ストレッチ&リリース 19:00 ぜいたく全身ほぐし	5 10:30 ぜいたく全身ほぐし 14:30 やわらかくなるヨガ 19:00 ストレッチ&リリース	6 10:30 ストレッチ&リリース 15:00 ぜいたく全身ほぐし 17:00 呼吸と12のポーズ
7 10:00 呼吸と12のポーズ 14:30 やわらかくなるヨガ 16:30 ストレッチ&リリース	8 <b>closed</b>	9 10:30 ぜいたく全身ほぐし 14:30 やわらかくなるヨガ 18:30 呼吸と12のポーズ	10 10:30 呼吸と12のポーズ 19:00 ストレッチ&リリース	11 10:30 ストレッチ&リリース 19:00 ぜいたく全身ほぐし	12 <b>closed</b>	13 10:30 ストレッチ&リリース 15:00 ぜいたく全身ほぐし 17:00 呼吸と12のポーズ
14 10:00 呼吸と12のポーズ 14:30 やわらかくなるヨガ 16:30 ストレッチ&リリース	15 14:30 ストレッチ&リリース 18:30 やわらかくなるヨガ	16 10:30 ぜいたく全身ほぐし 14:30 やわらかくなるヨガ 18:30 呼吸と12のポーズ	17 10:30 呼吸と12のポーズ 19:00 ストレッチ&リリース	18 <b>closed</b>	19 10:30 ぜいたく全身ほぐし 14:30 やわらかくなるヨガ 19:00 ストレッチ&リリース	20 10:30 ストレッチ&リリース 15:00 ぜいたく全身ほぐし 17:00 呼吸と12のポーズ
21 10:00 呼吸と12のポーズ 14:30 やわらかくなるヨガ 16:30 ストレッチ&リリース	22 14:30 ストレッチ&リリース 18:30 やわらかくなるヨガ	23 10:30 ぜいたく全身ほぐし 14:30 やわらかくなるヨガ 18:30 呼吸と12のポーズ	24 <b>closed</b>	25 10:30 ストレッチ&リリース 19:00 ぜいたく全身ほぐし	26 10:30 ぜいたく全身ほぐし 14:30 やわらかくなるヨガ 19:00 ストレッチ&リリース	27 10:30 ストレッチ&リリース 15:00 ぜいたく全身ほぐし 17:00 呼吸と12のポーズ
28 10:00 呼吸と12のポーズ 14:30 やわらかくなるヨガ 16:30 ストレッチ&リリース	29 14:30 ストレッチ&リリース 18:30 やわらかくなるヨガ	30 <b>closed</b>				