

11月スケジュール



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--------------------------------|----|--|----|----|--------------------------|------------------|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| | | 18:30 ハタヨガ 19:40 マインドフルネス 19:00 ランニング練習会 | | | 営業:12時~18時 13:00 ハタヨガ | 午前: Sokka.RC 練習会 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 休み | | 18:30 ハタヨガ 19:40 マインドフルネス 19:00 ランニング練習会 | | | 営業:12時~18時 13:00 ハタヨガ | |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 13:00 ハタヨガ 19:00 ラン&ウォーク60分 | | 18:30 ハタヨガ 19:40 マインドフルネス 19:00 ランニング練習会 | | | 営業:12時~18時 13:00 ハタヨガ | 午前: Sokka.RC 練習会 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 13:00 ハタヨガ 19:00 ラン&ウォーク60分 | | 18:30 ハタヨガ 19:40 マインドフルネス 19:00 ランニング練習会 | | | 営業:12時~18時 13:00 ハタヨガ | |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| 13:00 ハタヨガ 19:00 ラン&ウォーク60分 | | 18:30 ハタヨガ 19:40 マインドフルネス 19:00 ランニング練習会 | | | 営業:12時~18時 13:00 ハタヨガ | |