

10月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
※空白の日時は予約営業！ (お気軽にご予約ください)					9:00 マスターストレッチ 10:00 ピラティス 11:15 マスターストレッチ	AM マラソン練習会
					予約不要の営業 12時～18時	
5	6	7	8	9	10	11
		予約不要の営業 14時～18時			SHOP お休み	しまなみスリーデーマーチ
		19:00 ハタヨガ			13:00 ハタヨガ	
		19:00 ランニング練習会				
12	13	14	15	16	17	18
予約不要の営業 12時～18時		予約不要の営業 14時～18時			予約不要の営業 12時～18時	AM マラソン練習会
13:00 ハタヨガ		19:00 ハタヨガ			13:00 ハタヨガ	
		19:00 ランニング練習会				
19	20	21	22	23	24	25
13:00 ハタヨガ		予約不要の営業 14時～18時			予約不要の営業 12時～18時	AM 里山さんぽ
		19:00 ハタヨガ			13:00 ハタヨガ	
		19:00 ランニング練習会				
26	27	28	29	30	31	
13:00 ハタヨガ		予約不要の営業 14時～18時			予約不要の営業 12時～18時	
		19:00 ハタヨガ			13:00 ハタヨガ	
		19:00 ランニング練習会				