

10月スケジュール



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|------------------|----|--|----|----|--------------------------|------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | | | | | 営業:12時~18時 | 午前: Sokka.RC 練習会 |
| | | 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 | | | 13:00 ハタヨガ | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 13:00 ハタヨガ | | | | | SHOP お休み (リレーマラソンに参加) | 営業:12時~18時 |
| | | 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 | | | 13:00 ハタヨガ | |
| 19:00 ラン&ウォーク60分 | | | | | | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| | | | | | 営業:12時~18時 | |
| | | 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 | | | 13:00 ハタヨガ | |
| | | | | | | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| | | | | | 営業:12時~18時 | |
| 13:00 ハタヨガ | | 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 | | | 13:00 ハタヨガ | |
| 19:00 ラン&ウォーク60分 | | | | | | |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |
| 13:00 ハタヨガ | | 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 | | | | |
| 19:00 ラン&ウォーク60分 | | | | | | |