

7月スケジュール

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------------------|----|--|----|----|--|--|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | <p>予約不要の営業 14時～18時</p> <p>19:00 ハタヨガ</p> <p>19:00 ランニング練習会</p> | | | <p>SHOPお休み</p> <p>13:00 ハタヨガ</p> | <p>AM Sokka. マラソン チャレンジProject</p> |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| <p>13:00 ハタヨガ</p> | | <p>予約不要の営業 14時～18時</p> <p>19:00 ハタヨガ</p> <p>19:00 ランニング練習会</p> | | | <p>予約不要の営業 12時～18時</p> <p>13:00 ハタヨガ</p> | <p>AM 腹筋バキバキ 体幹トレーニング</p> |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| <p>13:00 ハタヨガ</p> | | <p>予約不要の営業 14時～18時</p> <p>19:00 ハタヨガ</p> <p>19:00 ランニング練習会</p> | | | <p>予約不要の営業 12時～18時</p> <p>13:00 ハタヨガ</p> | <p>AM Sokka. マラソン チャレンジProject</p> |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| <p>13:00 ハタヨガ</p> | | <p>予約不要の営業 14時～18時</p> <p>19:00 ハタヨガ</p> <p>19:00 ランニング練習会</p> | | | <p>予約不要の営業 12時～18時</p> <p>13:00 ハタヨガ</p> | |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |
| <p>13:00 ハタヨガ</p> | | <p>予約不要の営業 14時～18時</p> <p>19:00 ハタヨガ</p> <p>19:00 ランニング練習会</p> | | | <p>※空白の日時は予約営業！ (お気軽にご予約ください)</p> | |