

2020年11月

MumStudio

						1
2	3	4	5	6	7	8
	文化の日 09:00～キッズテーマパークダンス 10:30～★親子ピラティス 13:00～★キッズチア 14:30～大人ジャズダンス	10:00～シェイプアップヨガ 11:30～リラックスヨガ	10:00～やさしいヨガ 11:30～ベーシックフラ		8:30～朝ヨガ 10:00～ピラティスボール *11:15～★キッズチア	
9	10	11	12	13	14	15
	10:00～動いて整えるピラティス 11:30～ほぐして整えるピラティス 19:00～大人ジャズダンス	10:00～シェイプアップヨガ 11:30～リラックスヨガ	10:00～やさしいヨガ 11:30～ベーシックフラ		8:30～朝ヨガ 10:00～ベーシックフラ 11:30～★親子フラ	
16	17	18	19	20	21	22
	10:00～動いて整えるピラティス 11:30～ほぐして整えるピラティス 19:00～大人ジャズダンス	10:00～シェイプアップヨガ 11:30～リラックスヨガ	10:00～やさしいヨガ 11:30～ベーシックフラ		8:30～朝ヨガ 10:00～ピラティスボール *11:15～★キッズチア	
23	24	25	26	27	28	29
勤労感謝の日 準備中	10:00～動いて整えるピラティス 11:30～ほぐして整えるピラティス 19:00～大人ジャズダンス	10:00～シェイプアップヨガ 11:30～リラックスヨガ	10:00～やさしいヨガ 11:30～ベーシックフラ		8:30～朝ヨガ 10:00～ベーシックフラ 11:30～★親子フラ	
30						

★：お子様をご参加頂けるクラスです

*：開始時間が変わり、11：15～になっています