

# 【2月LESSONスケジュール】

2025年 1月 25日更新

月	火	水	木	金	土	日
					2月1日	2月2日
					10:15~11:00 KICKBOXING Mio	10:15~11:15 はじめての MusicFeelYoga
					11:15~12:15 はじめての MusicFeelYoga	11:30~12:15 BOARD BASIC

月	火	水	木	金	土	日
2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日	2月9日
10:30~11:30 はじめての MusicFeelYoga	10:30~11:15 BOARD PILABODY	10:30~11:30 ボディメイクヨガ	10:15~10:50 おはようストレッチ (シニアレッスン)	定休日	10:15~11:00 KICKBOXING Mio	定休日
11:45~12:30 BOARD PILATES	11:30~12:30 ヨガベーシック	11:45~12:30 BOARD BASIC	11:10~11:55 BOARD PILABODY		11:15~12:15 はじめての MusicFeelYoga	
18:45~19:30 BOARD PILATES			12:10~12:40 ヨガストレッチ30			
20:00~20:45 BOARD BASIC	20:00~20:45 KICKBOXING Mio	20:00~21:00 はじめての MusicFeelYoga	19:00~19:35 やさしいHIITTHEBEAT			
			20:00~20:45 BOARD PILABODY			

月	火	水	木	金	土	日
2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日	2月15日	2月16日
10:30~11:30 はじめての MusicFeelYoga	10:30~11:15 BOARD PILABODY	10:30~11:30 ボディメイクヨガ	10:15~10:50 おはようストレッチ (シニアレッスン)	定休日	10:15~11:00 KICKBOXING Mio	10:15~11:15 MusicFeelYoga BASIC
11:45~12:30 BOARD PILATES	11:30~12:05 やさしいHIITTHEBEAT	11:45~12:30 BOARD BASIC	11:10~11:55 BOARD PILABODY		11:15~12:15 はじめての MusicFeelYoga	11:30~12:15 BOARD BASIC
			12:10~12:40 ヨガストレッチ30			
			19:00~19:35 やさしいHIITTHEBEAT			
		20:00~21:00 はじめての MusicFeelYoga	20:00~20:45 BOARD PILABODY			

## 【2LESSONスケジュール】

月	火	水	木	金	土	日
2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日
10:30~11:30 はじめての MusicFeelYoga	10:30~11:15 BOARD PILABODY	10:30~11:30 ボディメイクヨガ	10:15~10:50 おはようストレッチ (シニアレッスン)	定休日	10:15~11:00 KICKBOXING Mio	定休日
11:45~12:30 BOARD PILATES	11:30~12:05 やさしいHIITTHEBEAT	11:45~12:30 BOARD BASIC	11:10~11:55 BOARD PILABODY		11:15~12:15 はじめての MusicFeelYoga	
			12:10~12:40 ヨガストレッチ30			
18:45~19:30 BOARD PILATES			19:00~19:35 やさしいHIITTHEBEAT			
20:00~20:45 BOARD BASIC	20:00~20:45 KICKBOXING Mio	20:00~21:00 MusicFeelYoga BASIC	20:00~20:45 BOARD PILABODY			

月	火	水	木	金	土	日
2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日		
10:30~11:30 はじめての MusicFeelYoga	10:30~11:15 BOARD PILABODY	10:30~11:30 ボディメイクヨガ	10:15~10:50 おはようストレッチ (シニアレッスン)	定休日		
11:45~12:30 BOARD PILATES	11:30~12:05 やさしいHIITTHEBEAT	11:45~12:30 BOARD BASIC	11:10~11:55 BOARD PILABODY			
			12:10~12:40 ヨガストレッチ30			
18:45~19:30 BOARD PILATES			19:00~19:35 やさしいHIITTHEBEAT			
20:00~20:45 BOARD BASIC	20:00~20:45 KICKBOXING Mio	20:00~21:00 MusicFeelYoga BASIC	20:00~20:45 BOARD PILABODY			