

	日	月	火	水	木	金	土
9:00		9:15 いずみ中央 骨盤ダイエット 体操 10:30	9:15 いずみ中央 骨盤ダイエット 体操 10:30				
10:00						10:00 いずみ中央 産後骨盤 ダイエット体操 (第1、第3金曜) 11:00	10:30 いずみ中央 骨盤ダイエット 体操 11:45
11:00	10:30 いずみ中央 骨盤ダイエット 体操 11:45	10:30 いずみ中央 骨盤ダイエット 体操 11:45	10:30 いずみ中央 骨盤ダイエット 体操 11:45	10:30 いずみ中央 骨盤ダイエット 体操 11:45	11:10 湘南台 骨盤ダイエット 体操 12:20		
12:00							
13:00							
14:00			13:30 いずみ中央 美脚フイット ネス 14:30		14:00 いずみ中央 骨盤ダイエット 体操 15:15		
15:00			14:30 いずみ中央 骨盤ダイエット 体操 15:45				
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00				10:30 いずみ中央 骨盤ダイエット 体操 11:45	19:30 湘南台 骨盤ダイエット 体操 20:45		
21:00							