

# 2026年1月

# MumStudio

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			元日			
5	6	7	8	9	10	11
	10:00～動いて整えるピラティス 11:15～ほぐして整えるピラティス  16:15～★ジュニアチア/ステップアップ 17:30～★ジュニアジャズ② 19:00～代謝UPピラティス		10:00～やさしいヨガ  16:30～★リトルテーマパークダンス 17:20～★ジュニアテーマパークダンス 19:00～バレトン 20:15～ほぐして整えるピラティス		10:00～大人フラ 11:15～★子供フラ 12:30～★リトルチア 13:40～★ジュニアジャズ① 15:05～★ジュニアチア	
12	13	14	15	16	17	18
	10:00～動いて整えるピラティス 11:15～ほぐして整えるピラティス  16:15～★ジュニアチア/ステップアップ 17:30～★ジュニアジャズ② 19:00～代謝UPピラティス		10:00～やさしいヨガ  16:30～★リトルテーマパークダンス 17:20～★ジュニアテーマパークダンス 19:00～バレトン		8:30～朝ヨガ 10:00～★リトルテーマパークダンス 11:15～大人テーマパークダンス 12:30～★リトルチア 13:40～★ジュニアジャズ① 15:05～★ジュニアチア	10:00～やさしいピラティス
19	20	21	22	23	24	25
	10:00～動いて整えるピラティス 11:15～ほぐして整えるピラティス  16:15～★ジュニアチア/ステップアップ 17:30～★ジュニアジャズ② 19:00～代謝UPピラティス 18:30～★スポーツ体幹パランス		10:00～やさしいヨガ  16:30～★リトルテーマパークダンス 17:20～★ジュニアテーマパークダンス 19:00～バレトン 20:15～ほぐして整えるピラティス		10:00～大人フラ 11:15～★子供フラ 12:30～★リトルチア 13:40～★ジュニアジャズ① 15:05～★ジュニアチア	
26	27	28	29	30	31	
	10:00～動いて整えるピラティス 11:15～ほぐして整えるピラティス		10:00～やさしいヨガ  16:30～★リトルテーマパークダンス 17:20～★ジュニアテーマパークダンス 19:00～バレトン		8:30～朝ヨガ 10:00～★リトルテーマパークダンス 11:15～大人テーマパークダンス 12:30～★リトルチア 13:40～★ジュニアジャズ① 15:05～★ジュニアチア	