

2025年 5月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			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		憲法記念日 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	みどりの日
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日	振替休日		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	10:00～やさしいピラティス
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～★スポーツ体幹バランス		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		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 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		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	

2025年 6月

MumStudio 

月	火	水	木	金	土	日
						1
						10:00～やさしいピラティス
2	3	4	5	6	7	8
	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		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	
9	10	11	12	13	14	15
	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		8:30～朝ヨガ 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
16	17	18	19	20	21	22
	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 18:30～★スポーツ体幹バランス		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		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 16:30～★子供フラ 17:30～大人フラ	
23	24	25	26	27	28	29
	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		8:30～朝ヨガ 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	
30						