

2025年9月

スタジオ スケジュール

アクトスWill G北の森店

日	月	火	水	金	土
	1	2	3	5	6
	10:30~11:30 ピラティス YUKO				10:15~11:15 ヨガ SAE
	14:30~15:30 ヨガ ERI	14:00~14:45 エアロビ MAYUCO	13:50~14:50 ピラティス YUKO	14:30~15:30 ヨガ KUMIKO	
	19:30~20:30 エアロビ MARI				
7	8	9	10	12	13
	10:30~11:30 ピラティス YUKO	10:15~11:15 ヨガ SAE	10:15~11:15 ヨガ SAE		10:15~11:15 ヨガ SAE
	14:30~15:30 ヨガ ERI	14:00~14:45 エアロビ MAYUCO		14:30~15:30 ヨガ KUMIKO	
	19:30~20:30 エアロビ MARI	19:30~20:30 ピラティス KUMIKO	19:30~20:30 Vヨガ KUMIKO	19:30~20:30 ヨガ NORIKO	
14	15	16	17	19	20
	 敬老の日	10:15~11:15 ヨガ SAE	10:15~11:15 ヨガ SAE		10:15~11:15 ヨガ SAE
		14:00~14:45 エアロビ MAYUCO	13:50~14:50 ピラティス YUKO	14:30~15:30 ヨガ KUMIKO	
		19:30~20:30 ピラティス KUMIKO	19:30~20:30 Vヨガ KUMIKO	19:30~20:30 ヨガ NORIKO	
21	22	23	24	26	27
		10:15~11:15 ヨガ SAE	10:15~11:15 ヨガ SAE		
		 秋分の日	13:50~14:50 ピラティス YUKO		
	19:30~20:30 エアロビ MARI		19:30~20:30 Vヨガ KUMIKO	19:30~20:30 ヨガ NORIKO	
28	29	30	 エアロビクス ココロオドル ~Mari Vacation~ 月曜19:30~20:30 インストラクター MARI		
	10:30~11:30 ピラティス YUKO				
	14:30~15:30 ヨガ ERI				
	19:30~20:30 エアロビ MARI	19:30~20:30 ピラティス KUMIKO			