

	MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN
						1	9:00～10:00 EMI 10:30～11:30 EMI 15:00～16:00 MISATO 18:30～19:30 MEME 20:00～21:00 MEME	2	9:30～10:30 CHIHARU 11:00～12:00 EM 12:30～13:30 SHIHO 14:00～15:00 MARIKO 18:30～19:30 MAI 20:00～21:00 MAI	3	8:30～9:30 EMI 10:00～11:00 EMI 11:30～12:30 EMI 13:30～14:30 MARIKO 15:00～16:00 MARIKO	4	9:30～10:30 代MARIKO 11:00～12:00 代MARIKO 14:00～15:00 NORIKO 15:30～16:30 NORIKO
5	11:00～12:00 EMI 12:30～13:30 EMI 18:30～19:30 休講 20:00～21:00 休講	6	9:00～10:00 EMI 10:30～11:30 EMI 12:00～13:00 MEGU 18:30～19:30 SHIHO 20:00～21:00 SHIHO	7	9:30～10:30 MEME 11:00～12:00 MEME 14:00～15:00 MARIKO 18:30～19:30 SHIHO 20:00～21:00 SHIHO	8	9:00～10:00 EMI 10:30～11:30 EMI 18:30～19:30 MEME 20:00～21:00 MEME	9	9:30～10:30 CHIHARU 11:00～12:00 EMI 14:00～15:00 MARIKO 18:30～19:30 MAI 20:00～21:00 MAI	10	8:30～9:30 EMI 10:00～11:00 EMI 13:30～14:30 MARIKO 15:00～16:00 MARIKO	11	【新月】 9:30～10:30 MEME 11:00～12:00 MEME 14:00～15:00 NORIKO 15:30～16:30 NORIKO
12	8:30～9:30 EMI 10:00～11:00 EMI 14:00～15:00 MEME 15:30～16:30 MEME 祝日特別スケジュール	13	9:00～10:00 EMI 10:30～11:30 EMI 12:00～13:00 MEGU 18:30～19:30 SHIHO 20:00～21:00 SHIHO	14	9:30～10:30 MEME 11:00～12:00 MEME 14:00～15:00 MARIKO 18:30～19:30 SHIHO 20:00～21:00 SHIHO	15	9:00～10:00 EMI 10:30～11:30 EMI 18:30～19:30 MEME 20:00～21:00 MEME	16	定休日	17	8:30～9:30 EMI 10:00～11:00 EMI 11:30～12:30 EMI 13:30～14:30 MARIKO 15:00～16:00 MARIKO	18	9:30～10:30 MEME 11:00～12:00 MEME 14:00～15:00 NORIKO 15:30～16:30 NORIKO
19	11:00～12:00 EMI 12:30～13:30 EMI 18:30～19:30 MEME 20:00～21:00 MEME	20	9:00～10:00 EMI 10:30～11:30 EMI 12:00～13:00 MEGU 18:30～19:30 SHIHO 20:00～21:00 SHIHO	21	9:30～10:30 MEME 11:00～12:00 MEME 14:00～15:00 MARIKO 18:30～19:30 SHIHO 20:00～21:00 SHIHO	22	9:00～10:00 EMI 10:30～11:30 EMI 15:00～16:00 MISATO 18:30～19:30 MEME 20:00～21:00 MEME	23	9:30～10:30 CHIHARU 11:00～12:00 SHIHO 12:30～13:30 SHIHO 14:00～15:00 代MEME 18:30～19:30 MAI 20:00～21:00 MAI	24	定休日	25	【満月】 9:30～10:30 MEME 11:00～12:00 MEME 14:00～15:00 NORIKO 15:30～16:30 NORIKO
26	【満月】 11:00～12:00 EMI 12:30～13:30 EMI 18:30～19:30 MEME 20:00～21:00 MEME	27	9:00～10:00 EMI 10:30～11:30 EMI 12:00～13:00 MEGU 18:30～19:30 SHIHO 20:00～21:00 SHIHO	28	9:30～10:30 MEME 11:00～12:00 MEME 14:00～15:00 MARIKO 18:30～19:30 SHIHO 20:00～21:00 SHIHO	29	定休日	30	9:30～10:30 CHIHARU 11:00～12:00 SHIHO 12:30～13:30 SHIHO 14:00～15:00 MARIKO 18:30～19:30 MAI 20:00～21:00 MAI	31	8:30～9:30 EMI 10:00～11:00 EMI 13:30～14:30 MARIKO 15:00～16:00 MARIKO		

BREATHハロウィン 30～31日

毎年BREATHハロウィンは皆様に甘いお菓子を
レッスン後プレゼントしています♡

今月の代講リスト

	日付	時間	クラス	担当
	10/4(日)	9:30～10:30	初めてのピラティス★2	MEME⇒MARIKO
	10/4(日)	11:00～12:00	背骨リセットヨガ★2	MEME⇒MARIKO
	10/23(金)	14:00～15:00	お腹引き締めヨガ★2	MARIKO⇒MEME