

12月



SUN	MON	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
						1 10:00～江古田ムーンサケルヨガ
2	3 11:30～0びりしが丘エアリアルヨガ NEW!	4 10:00～豊島園ヨガ(大人) 11:00～豊島園ベビーマッサージ 10:00～練馬フラダンス(大人) 11:00～練馬ママフラダンス(子連れ) 10:00～高松ヨガ(大人) 11:00～高松ヨガ(子連れ) 10:00～ひばりヨガ(大人) 11:00～ひばりヨガ(子連れ) 10:00～沼袋ヨガ(大人) 11:00～沼袋ヨガ(子連れ)	5 10:00～練馬ヨガ&瞑想呼吸法(大人) 10:00～小竹向原ヨガ(大人) 11:00～小竹向原ヨガ(子連れ)	6 10:00～田柄ヨガ(大人) 11:00～田柄ヨガ(子連れ) 10:00～江古田ヨガ(大人) 11:00～江古田ヨガ(子連れ) 10:00～武蔵野ヨガ(大人) 11:00～武蔵野ヨガ(子連れ) 10:00～秋津ヨガ(大人)New! 11:00～秋津ヨガ(子連れ)New!	7 10:00～大泉ヨガ(大人) 11:00～大泉ヨガ(子連れ) 10:00～中村橋親子体操(ハイハイ～) 11:00～中村橋親子体操歩き始め～)	8 10:00～江古田familyヨガ
9	10 10:30～0びりしが丘エアリアルヨガ NEW! 11:30～0びりしが丘エアリアルヨガ NEW!	11 10:00～豊島園ヨガ(大人) 11:00～豊島園ヨガ(子連れ) 10:00～練馬フラダンス(大人) 11:00～練馬ママフラダンス(子連れ) 10:00～高松ヨガ(大人) 11:00～高松ヨガ(子連れ) 10:00～ひばりヨガ(大人) 11:00～ひばりヨガ(子連れ) 10:00～沼袋ヨガ(大人) 11:00～沼袋ヨガ(子連れ)	12 10:00～練馬ヨガ(大人) 11:00～練馬ヨガ(大人) 10:00～小竹向原ヒラヒラ(大人) 11:00～小竹向原ヒラヒラ(子連れ)	13 10:00～田柄ヨガ(大人) 11:00～田柄ヨガ(子連れ) 10:00～江古田ヒラヒラ(大人) 11:00～江古田ヒラヒラ(子連れ) 10:00～武蔵野ヨガ(大人) 11:00～武蔵野ヨガ(子連れ) 10:00～秋津ヒラヒラ(大人)New! 11:00～秋津ヒラヒラ(子連れ)New!	14 10:00～大泉ヨガ(大人) 11:00～大泉ヨガ(子連れ) 10:00～中村橋ヨガ(大人) 11:00～中村橋ヨガ(子連れ) 10:00～石神井ヨガ(大人) 12:00～石神井ベビーマッサージ 10:00～大泉ヨガ(大人)New! 11:00～大泉ヨガ(子連れ)New! 10:00～向山ヨガ(大人)	15 10:00～江古田ムーンサケルヨガ
16	17 10:30～0びりしが丘エアリアルヨガ NEW! 11:30～0びりしが丘エアリアルヨガ NEW!	18 10:00～豊島園ヨガ(大人) 11:00～豊島園ヨガ(子連れ) 10:00～練馬フラダンス(大人) 11:00～練馬ママフラダンス(子連れ) 10:00～高松ヨガ(大人) 11:00～高松ヨガ(子連れ) 10:00～ひばりヨガ(大人) 11:00～ひばりヨガ(子連れ)	19 10:00～練馬ヨガ(大人) 11:00～練馬ヨガ(大人) 10:00～小竹向原ヨガ(大人) 11:00～小竹向原ヨガ(子連れ)	20 10:00～田柄ヨガ(大人) 11:00～田柄ヨガ(子連れ) 10:00～江古田ヨガ(大人) 11:00～江古田ヨガ(子連れ) 10:00～江古田ベビーマッサージ 10:00～武蔵野ヨガ(大人) 11:00～武蔵野ヨガ(子連れ) 10:00～秋津ヨガ(大人)New! 11:00～秋津ヨガ(子連れ)New! 10:00～ふじみ野ヨガ(子連れ)New! 11:00～ふじみ野ヨガ(子連れ)New! 10:00～向山ヨガ(大人)	21 10:00～大泉ヨガ(大人) 11:00～大泉ヨガ(子連れ) 10:00～中村橋ベビーマッサージ 10:00～大泉ヨガ(大人)New! 11:00～大泉ヨガ(子連れ)New!	22
23	24	25 10:00～豊島園ビルドスロー(大人) 11:00～豊島園ビルドスロー(子連れ) 10:00～練馬お花チアダンス(大人) 11:00～練馬お花チアダンス(子連れ) 10:00～ひばりヨガこ講座	26 10:00～練馬ヨガ(大人) 11:00～練馬ヨガ(大人)	27 10:00～田柄キッズ英語 11:00～田柄キッズ英語 10:00～江古田大人ヨガ(大人) 11:00～江古田大人ヨガ(子連れ) 10:00～ふじみ野ヨガ(子連れ)New! 11:00～ふじみ野ヨガ(子連れ)New! 10:00～向山ヨガ(大人)	28 10:00～大泉ストレッチ(大人) 11:00～大泉ストレッチ(子連れ) 10:00～中村橋ヒラヒラ(大人) 11:00～中村橋ヒラヒラ(子連れ) 10:00～石神井ヨガ(大人) 10:00～向山ヨガ(大人)	29 ネリヨが 年末年始休(1/7まで)
30	31					

2019年1月



SUN	MON	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	
		1	2	3	4	5	
6	7 10:30～0びりしが丘エアリアルヨガ 11:30～0びりしが丘エアリアルヨガ	8 10:00～豊島園ヨガ(大人) 11:00～豊島園ベビーマッサージ 10:00～練馬フラダンス(大人) 11:00～練馬ママフラダンス(子連れ) 10:00～ひばりヨガ(大人) 11:00～ひばりヨガ(子連れ) 10:00～沼袋ベビーマッサージ New!	9 10:00～練馬ヨガ&瞑想呼吸法(大人) 10:00～小竹向原ヨガ(大人) 11:00～小竹向原ヨガ(子連れ)	10 10:00～田柄ヨガ(大人) 11:00～田柄ヨガ(子連れ) 10:00～江古田ヨガ(大人) 11:00～江古田ヨガ(子連れ) 10:00～武蔵野ヨガ(大人) 11:00～武蔵野ヨガ(子連れ) 10:00～秋津ヨガ(大人)New! 11:00～秋津ヨガ(子連れ)New!	11 10:00～大泉ヨガ(大人) 11:00～大泉ヨガ(子連れ) 10:00～中村橋親子体操(ハイハイ～) 11:00～中村橋親子体操歩き始め～) 10:00～石神井ヨガ(大人) 12:00～石神井ベビーマッサージ 10:00～向山ヨガ(大人) 10:00～大泉ヨガ(大人) 11:00～大泉ヨガ(子連れ)	12 10:00～江古田ムーンサケルヨガ 10:00～向山瞑想講座(大人)New!	
13	14 10:30～0びりしが丘エアリアルヨガ 11:30～0びりしが丘エアリアルヨガ	15 10:00～豊島園ヨガ(大人) 11:00～豊島園ヨガ(子連れ) 10:00～練馬フラダンス(大人) 11:00～練馬ママフラダンス(子連れ) 10:00～高松ヨガ(大人) 11:00～高松ヨガ(子連れ) 10:00～ひばりヨガ(大人)ビークス2月～) 11:00～ひばりヨガ(大人)ビークス2月～) 10:00～沼袋ヨガ(大人) 11:00～沼袋ヨガ(子連れ) 10:00～中村橋キッズ英語 11:00～中村橋キッズ英語	16 10:00～練馬ヨガ(大人) 11:00～練馬ヨガ(大人) 10:00～小竹向原ヒラヒラ(大人) 11:00～小竹向原ヒラヒラ(子連れ)	17 10:00～田柄美空レインジグ(大人)New! 11:00～田柄美空レインジグ(子連れ)New! 10:00～江古田ヨガ(大人) 11:00～江古田ヨガ(子連れ) 13:15～江古田ベビーマッサージ 10:00～武蔵野ヨガ(大人) 11:00～武蔵野ヨガ(子連れ) 10:00～向山ヨガ(大人)	18 10:00～大泉ヨガ(大人) 11:00～大泉ヨガ(子連れ) 10:00～中村橋ベビークス2月～) 11:00～中村橋ベビークス2月～) 10:00～大泉ヨガ(大人) 11:00～大泉ヨガ(子連れ)	19 10:30～0びりしが丘エアリアルヨガ 11:30～0びりしが丘エアリアルヨガ	
20	21 10:30～0びりしが丘エアリアルヨガ 11:30～0びりしが丘エアリアルヨガ	22 10:00～豊島園ビルドスロー(大人) 11:00～豊島園ビルドスロー(子連れ) 10:00～練馬お花チアダンス(大人) 11:00～練馬お花チアダンス(子連れ) 10:00～沼袋ヨガ(大人) 11:00～沼袋ヨガ(子連れ) 10:00～高松ヨガ(大人) 11:00～高松ヨガ(子連れ) 10:00～ひばりヨガ(大人) 11:00～ひばりヨガ(子連れ)	23 10:00～練馬ヨガ(大人) 11:00～練馬ヨガ(大人) 10:00～小竹向原ヨガ(大人) 11:00～小竹向原ヨガ(子連れ)	24 10:00～田柄ヨガ(大人) 11:00～田柄ヨガ(子連れ) 10:00～江古田ヨガ(大人) 11:00～江古田ヨガ(子連れ) 10:00～江古田ベビーマッサージ 10:00～武蔵野ヨガ(大人) 11:00～武蔵野ヨガ(子連れ) 10:00～秋津ヨガ(大人)New! 11:00～秋津ヨガ(子連れ)New! 10:00～ふじみ野ヨガ(子連れ)New! 11:00～ふじみ野ヨガ(子連れ)New! 10:00～向山ヨガ(大人)	25 10:00～大泉ベビーマッサージ 10:00～中村橋ヒラヒラ(大人) 10:00～中村橋ヒラヒラ(子連れ) 10:00～大泉ヨガ(大人) 11:00～大泉ヨガ(子連れ)	26 10:00～江古田ムーンサケルヨガ	
27	28 10:30～0びりしが丘エアリアルヨガ 11:30～0びりしが丘エアリアルヨガ	29 10:00～豊島園ビルドスロー(大人) 11:00～豊島園ビルドスロー(子連れ) 10:00～練馬お花チアダンス(大人) 11:00～練馬お花チアダンス(子連れ) 10:00～沼袋ヨガ(大人) 11:00～沼袋ヨガ(子連れ) 10:00～高松ヨガ(大人) 11:00～高松ヨガ(子連れ) 10:00～ひばりヨガ(大人) 11:00～ひばりヨガ(子連れ)	30 10:00～練馬ヨガ(大人) 11:00～練馬ヨガ(大人)	31 10:00～田柄キッズ英語 11:00～田柄キッズ英語 10:00～江古田大人ヨガ(大人) 11:00～江古田大人ヨガ(子連れ) 10:00～ふじみ野ヨガ(子連れ)New! 11:00～ふじみ野ヨガ(子連れ)New!			