

日	月	火	水	木	金	土				
<h1>2月</h1>	<h2>祝日営業</h2> <h3>11日(土)・23日(木)</h3> <h3>20:00閉館</h3> <p>お間違えの無いようお越してください。</p>		1 11:00～BM45/堀越 12:15～PMP30/トモヤ 13:15～JAM45/ミサキ 14:00～ZAQ45/堀越 19:15～P30/五十嵐 20:15～Z45/五十嵐	2 11:00～ハY45/鈴木倫 12:15～SBM30/ジュラ 13:15～LC30/ミサキ 14:15～BA45/三本木 19:00～BW45/鈴木 20:15～D45/鈴木	3   11:00～WS45/アサミ 12:15～CC30/トモヤ 13:15～Z30/堀越 14:15～OA30/堀越 19:00～PMP45/トモヤ 20:15～ATK45/アサミ	4 11:00～WS45/アサミ 12:15～BS30/タイチ 13:15～F45/タカ 17:00～WS45/ジュラ 18:15～Z45/堀越 19:30～CBT45/タカ				
			5 10:30～A45/堀越 (エアロビクス) 16:30～PMP45/トモヤ 17:45～SBM45/ジュラ	6 11:00～ST30/タツノリ 12:00～尻トレ45/タツノリ 13:15～ATK30/アサミ 14:15～バ45/三本木 19:00～LB30/ミサキ 20:00～CBT45/タカ	7 11:00～筋活30/ジュラ 12:00～BUP30/タツノリ 13:00～BW45/堀越 14:15～Z45/堀越 19:00～YP45/堀越 20:15～SBM45/ジュラ	8 11:00～太45/タイチ 12:15～BS30/タイチ 13:15～SBM45/ジュラ 14:00～ZAQ45/堀越 19:15～P30/五十嵐 20:15～A45/五十嵐	9 11:00～ハY45/鈴木倫 12:15～JAM30/ミサキ 13:15～LC30/ミサキ 14:15～BA45/三本木 19:00～BW45/堀越 20:15～ソA45/堀越	10 11:00～WS45/アサミ 12:15～CBT30/タカ 13:15～Z30/堀越 14:15～OA30/堀越 19:00～ATK45/アサミ 20:15～JAM45/ミサキ	11 <h2>20時閉館</h2> 11:00～WS45/アサミ 12:15～BS30/タイチ 13:15～F45/タカ 17:00～WS45/ジュラ 18:15～Z45/堀越	
			12 10:30～ハY45/鈴木倫 (ハタヨガ) 16:30～PMP45/トモヤ 17:45～JAM45/ミサキ	13 11:00～P30/堀越 12:00～A45/堀越 13:15～LB30/ミサキ 14:15～S45/三本木 19:00～LC30/ミサキ 20:00～Z45/タイチ	14 11:00～筋活30/ジュラ 12:00～BUP30/タツノリ 13:00～BW45/鈴木 14:15～D45/鈴木 19:00～PY45/堀越 20:15～SBM45/ジュラ	<h1>休館日</h1>		16 11:00～ハY45/鈴木倫 12:15～SBM30/ジュラ 13:15～LC30/ミサキ 14:15～BA45/三本木 19:00～BW45/鈴木 20:15～D45/鈴木	17 11:00～WS45/アサミ 12:15～CC30/トモヤ 13:15～Z30/堀越 14:15～OA30/堀越 19:00～PMP45/トモヤ 20:15～ATK45/アサミ	18 11:00～WS45/アサミ 12:15～BS30/タイチ 13:15～F45/タカ 17:00～WS45/ジュラ 18:15～Z45/堀越 19:30～CBT45/タカ
			19 10:30～A45/堀越 (エアロビクス) 16:30～PMP45/トモヤ 17:45～SBM45/ジュラ	20 11:00～ST30/タツノリ 12:00～尻トレ45/タツノリ 13:15～ATK30/アサミ 14:15～バ45/三本木 19:00～LB30/ミサキ 20:00～CBT45/タカ	21 11:00～筋活30/ジュラ 12:00～BUP30/タツノリ 13:00～BW45/堀越 14:15～ZG45/堀越 19:00～YP45/堀越 20:15～SBM45/ジュラ	22 11:00～BM45/堀越 12:15～PMP30/トモヤ 13:15～SBM45/ジュラ 14:00～ZAQ45/堀越 19:15～P30/五十嵐 20:15～S45/五十嵐	23 <h2>20時閉館</h2> 11:00～ハY45/鈴木倫 12:15～JAM30/ミサキ 13:15～LC30/ミサキ 14:15～BA45/三本木 17:00～CC30/トモヤ 18:00～尻トレ45/タツノリ	24 11:00～WS45/アサミ 12:15～CBT30/タカ 13:15～Z30/堀越 14:15～OA30/堀越 19:00～ATK45/アサミ 20:15～JAM45/ミサキ	25 11:00～WS45/アサミ 12:15～BS30/タイチ 13:15～F45/タカ 17:00～WS45/ジュラ 18:15～Z45/堀越 19:30～CBT45/タカ	
			26 10:30～簡A45/三本木 (簡単エアロ) 16:30～PMP45/トモヤ 17:45～JAM45/ミサキ	27 11:00～P30/堀越 12:00～A45/堀越 13:15～LB30/ミサキ 14:15～S45/三本木 19:00～LC30/ミサキ 20:00～Z45/タイチ	<h1>休館日</h1>		 <p>まだまだ寒い日が続くかと思えます。</p> <p>感染症対策・旬の食材で栄養チャージしましょう</p> <p>今年<small>今年</small>の節分は2月3日(金)恵方は</p> <p>【南南東のやや南】です</p>    			