




SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
	10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★	10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★	7:00-8:15 Toshie イシュタヨガ(骨格調整とヨガ)★ 8:30-9:45 Toshie イシュタヨガ(All level)★★★ 10:00-11:15 Maiko 陰ヨガ ★	10:00-11:15 SACHI ★ YOGA WHEELで身体を整える 19:00-20:15 Kozue リラックスフロー ★	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★ 13:00-14:15 Sachiko リラックスフロー ★ 19:00-20:15 Megumi リラックスフロー ★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ(骨格調整とヨガ)★ 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ(All level)★★★
	7	8	9	10	11	12
8:00-9:15 maco 美姿勢のためのヨガ ★	10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★	10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★	10:00-11:15 Maiko 陰ヨガ ★	10:00-11:15 SACHI ★ YOGA WHEELで身体を整える 19:00-20:15 Kozue リラックスフロー ★	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★ 13:00-14:15 Sachiko リラックスフロー ★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ(骨格調整とヨガ)★ 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ(All level)★★★
14	15	16	17	18	19	20
8:00-9:15 maco 美姿勢のためのヨガ ★ 10:00-11:15 Maiko 陰ヨガ ★	10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★ 13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	休	休	休	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★ 13:00-14:15 Sachiko リラックスフロー ★ 19:00-20:15 Kozue リラックスフロー ★	休
21	22	23	24	25	26	27
8:00-9:15 maco 美姿勢のためのヨガ ★ 09:45-11:00 maco しなやかフローヨガ ★★	10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★ 13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★ 13:30-14:45 Miki 骨盤調整ヨガ ★	10:00-11:15 Maiko 陰ヨガ ★	10:00-11:15 SACHI ★ YOGA WHEELで身体を整える 19:00-20:15 Kozue リラックスフロー ★	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★ 13:00-14:15 Sachiko リラックスフロー ★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ(骨格調整とヨガ)★ 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ(All level)★★★
28	29	30	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start;"> <div> <p>☎ 043-226-5801 (9:00- 17:30)</p> <p>✉ outland@rprojectjapan.com</p> <p>🏠 http://www.outland.jp/</p> </div> <div> <p>📘 outlandtoke</p> <p>📷 outland_toke</p> <p>🗨️ ID @utd1805z</p> </div> <div style="text-align: right;">   </div> </div>			
休	10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★ 13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★ 13:30-14:45 Miki 骨盤調整ヨガ ★				