



## フィットネスアクティビティスケジュール

**火曜日 / Tuesday**

9:00 - 10:00

ピラティス / Pilates

**木曜日 / Thursday**

15:00 - 16:00

アシュタンガーヨガ / Ashtanga Yoga

**土曜日 / Saturday**

9:00 - 10:00

ビューティーボディウエーブ / Beauty Body Wave