

# 2025 7 July

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4 ・センスリッチ	5
6	7	8	9	10	11 ・ジュニア ピラティス	12
13	14 ・ボディ コンディショニング	15	16	17	18 ・センスリッチ	19 ・演技 (トレーニー/ティエルA)
20	21 休	22	23 休	24	25 ・ジュニア ピラティス	26 ・ジャズ (トレーニー/ティエルA)
27	28 ・ボディ コンディショニング	29	30	31		