

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|--------------------------------------|---------------------------|--|-----------------------|----------------------------------|----|------------------------------|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| | 11時~ZUMBA GOLD | - | - | - | - | - | |
| | 12時~ パーソナル | - | - | - | - | - | |
| | 13時~パーソナル(2階) | - | 13時~パーソナル(2階) | 13時~ZUMBA GOLD | - | 13時~ パーソナル | |
| | 14時~ヨガ(2階) | - | 14時~ピラティス(2階) | 14時~ZUMBA | - | 14時 ~ヨガ&ピラティス | |
| | 19時30分~ ボクシングEX(ドンキ) | - | 19時~有住集会所 ヨガ&ピラティス | 19時~ボクシングEX(早公) 20時~ZUMBA(早公) | - | 19時~ボクシングEX 20時~ZUMBA | |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | |
| ●11時~ パーソナル ●12時~ ZUMBA | 11時~ZUMBA GOLD | - | - | - | 朝 | 9時~ボクシングEX | |
| | 12時~ パーソナル | - | - | - | | 10時~ZUMBA | |
| | 13時~パーソナル(2階) | - | - | 13時~ZUMBA GOLD | - | 13時~ パーソナル | |
| | 14時~ヨガ(2階) | - | - | 14時~ZUMBA | - | 14時 ~ヨガ&ピラティス | |
| | 19時30分~ ボクシングEX(ドンキ) | - | - | 19時~ボクシングEX(早公) 20時~ZUMBA(早公) | - | - | |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | |
| ●11時~ パーソナル ●12時~ ZUMBA | - | - | - | - | - | - | |
| | - | - | - | - | - | - | |
| | - | - | 13時~パーソナル(2階) | 13時~ZUMBA GOLD | - | 13時~ パーソナル | |
| | - | - | 14時~ピラティス(2階) | 14時~ZUMBA | - | 14時 ~ヨガ&ピラティス | |
| | 19時30分~ ボクシングEX(ドンキ) | - | 19時~有住集会所 ヨガ&ピラティス | 19時~ボクシングEX(早公) 20時~ZUMBA(早公) | - | 19時~ボクシングEX 20時~ZUMBA | |
| 22 | (勤労感謝の日)23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | |
| 90分のZUMBA! | ●11時~ ¥1,000 ZUMBA 90 | - | - | - | - | - | |
| | ●13時~(2階) ¥500 リラックスヨガ | - | 13時~パーソナル(2階) | 13時~ZUMBA GOLD | - | 13時~ パーソナル | |
| | ●14時~(2階) ¥500 ピラティス | - | 14時~ピラティス(2階) | 14時~ZUMBA | - | 14時 ~ヨガ&ピラティス | |
| | | - | - | 19時~ボクシングEX(早公) 20時~ZUMBA(早公) | - | 19時~ボクシングEX 20時~ZUMBA | |
| | | | | | | | |
| 29 | 30 | <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>【11月分のレッスン予約開始日】</p> <p>★10月23日(金) 朝9時~</p> <p>※メール、LINEで受付</p> </div>  | | | | <p>2020. 11</p> <p>D-FIT</p> | |
| ●11時~ パーソナル ●12時~ ZUMBA | 11時~ZUMBA GOLD | | | | | | |
| | 12時~ パーソナル | | | | | | |
| | 13時~パーソナル(2階) | | | | | | |
| | 14時~ヨガ(2階) | | | | | | |
| | 19時30分~ ボクシングEX(ドンキ) | | | | | | |

★レギュラーレッスン (会員)¥500 (非会員)¥1,000 ★入会金¥10,000 ★再入会金¥5,000