

# 2025・3月MKDスケジュール

| SUN   | MON                    | TUE                       | WED                    | THU                  | FRI                   | SAT                       |
|-------|------------------------|---------------------------|------------------------|----------------------|-----------------------|---------------------------|
|       |                        |                           |                        |                      |                       | 1                         |
|       |                        |                           |                        |                      |                       | 09:00～09:45<br>TRX        |
|       |                        |                           |                        |                      |                       | 10:00～11:00<br>マタニティエアロヨガ |
|       |                        |                           |                        |                      |                       | 12:00～16:00<br>レンタル中      |
|       |                        |                           |                        |                      |                       | レンタル中                     |
|       |                        |                           |                        |                      |                       |                           |
|       |                        |                           |                        |                      |                       |                           |
| 2     | 3                      | 4                         | 5                      | 6                    | 7                     | 8                         |
|       |                        | 09:00～09:45<br>TRX        | 9:00～9:50<br>フラダンス     | 09:00～09:45<br>TRX   | 09:00～09:45<br>TRX@葛西 | 09:00～09:45<br>TRX        |
|       |                        | 12:15～13:15<br>マタニティエアロヨガ | 10:00～11:00<br>エアリアルヨガ |                      |                       | 10:00～11:00<br>マタニティエアロヨガ |
|       |                        | 13:30～14:30<br>健康体操       |                        |                      |                       | 12:00～16:00<br>レンタル中      |
|       |                        | 15:15～18:15<br>レンタル中      |                        | 16:00～21:00<br>レンタル中 | 16:15～17:00<br>バレエ1   | レンタル中                     |
|       | 17:30～18:20<br>HIPHOP! | 18:30～19:30<br>エアリアルヨガ    | 17:00～17:45<br>KPOP!   | レンタル中                | 17:00～17:45<br>バレエ2   | 16:00～18:30<br>レンタル中      |
|       | 18:30～19:20<br>HIPHOP2 | 19:45～20:30<br>TRX        | 19:30～20:15<br>KPOP2   | レンタル中                | 18:00～20:00<br>バレエ3   | 18:45～19:15<br>レンタル中      |
| 9     | 10                     | 11                        | 12                     | 13                   | 14                    | 15                        |
|       |                        | 09:00～09:45<br>TRX        | 9:00～9:50<br>フラダンス     | 09:00～09:45<br>TRX   | 09:00～09:45<br>TRX@葛西 | 09:00～09:45<br>TRX        |
|       |                        | 12:15～13:15<br>マタニティエアロヨガ | 10:00～11:00<br>エアリアルヨガ |                      |                       | 10:00～11:00<br>マタニティエアロヨガ |
|       |                        | 13:30～14:30<br>健康体操       |                        |                      |                       | 12:00～16:00<br>レンタル中      |
|       |                        | 15:15～18:15<br>レンタル中      |                        | 16:00～21:00<br>レンタル中 | 16:15～17:00<br>バレエ1   | レンタル中                     |
|       | 17:30～18:20<br>HIPHOP! | 18:30～19:30<br>エアリアルヨガ    | 17:00～17:45<br>KPOP!   | レンタル中                | 17:00～17:45<br>バレエ2   | 16:00～18:30<br>レンタル中      |
|       | 18:30～19:20<br>HIPHOP2 | 19:45～20:30<br>TRX        | 19:30～20:15<br>KPOP2   | レンタル中                | 18:00～20:00<br>バレエ3   |                           |
| 16    | 17                     | 18                        | 19                     | 20                   | 21                    | 22                        |
|       |                        | 09:00～09:45<br>TRX        | 9:00～9:50<br>フラダンス     | 09:00～09:45<br>TRX   | 09:00～09:45<br>TRX@葛西 | 09:00～09:45<br>TRX        |
|       |                        | 12:15～13:15<br>マタニティエアロヨガ | 10:00～11:00<br>エアリアルヨガ |                      |                       | 10:00～11:00<br>マタニティエアロヨガ |
|       |                        | 13:30～14:30<br>健康体操       |                        |                      |                       | 12:00～16:00<br>レンタル中      |
|       |                        | 15:15～18:15<br>レンタル中      |                        |                      | 16:15～17:00<br>バレエ1   | レンタル中                     |
|       | 17:30～18:20<br>HIPHOP! | 18:30～19:30<br>エアリアルヨガ    | 17:00～17:45<br>KPOP!   |                      | 17:00～17:45<br>バレエ2   | 16:00～18:30<br>レンタル中      |
|       | 18:30～19:20<br>HIPHOP2 | 19:45～20:30<br>TRX        | 19:30～20:15<br>KPOP2   |                      | 18:00～20:00<br>バレエ3   | 18:45～19:15<br>レンタル中      |
| 23/30 | 24/31                  | 25                        | 26                     | 27                   | 28                    | 29                        |
|       |                        | 09:00～09:45<br>TRX        | 9:00～9:50<br>フラダンス     | 09:00～09:45<br>TRX   | 09:00～09:45<br>TRX@葛西 | 09:00～09:45<br>TRX        |
|       |                        | 12:15～13:15<br>マタニティエアロヨガ | 10:00～11:00<br>エアリアルヨガ |                      |                       | 10:00～11:00<br>マタニティエアロヨガ |
|       |                        | 13:30～14:30<br>健康体操       |                        |                      |                       | 12:00～16:00<br>レンタル中      |
|       |                        |                           |                        | 16:00～21:00<br>レンタル中 | 16:15～17:00<br>バレエ1   | レンタル中                     |
|       | 17:30～18:20<br>HIPHOP! | 18:30～19:30<br>エアリアルヨガ    | 17:00～17:45<br>KPOP!   | レンタル中                | 17:00～17:45<br>バレエ2   | 16:00～18:30<br>レンタル中      |
|       | 18:30～19:20<br>HIPHOP2 | 19:45～20:30<br>TRX        | 19:30～20:15<br>KPOP2   | レンタル中                | 18:00～20:00<br>バレエ3   | 18:45～19:15<br>レンタル中      |