

	月	火	水	木	金	土	日
			2	3	4	5	
<b>STUDIO A</b>	<p><b>PLAYからのお知らせ</b></p> <p>皆様いつもPLAYをご利用頂き誠にありがとうございます。 8/18よりTAMAKI先生が復帰いたします。</p> <p>熱中症のリスクが高まっておりますので、しばらくの間ノルデックウォーキングのクラスを休講とさせていただきます。 ご理解、ご協力の程、何卒宜しくお願い申し上げます。</p> <p>また、8/8、8/15はHAPPY WEDNESDAY! 水曜日ですが特別プログラムをご用意しております。 この機会に是非お楽しみください!</p>	<p><b>休講・代行</b></p> <p>代行 8/3 (金) Uma→Ayako 8/28 (火) YOKO→白石紋子 *姿勢調整ピラティスに変更</p> <p>休講 8/30 (木) 19:00~21:00 シヴァナダヨガ</p>	<p>ヨガシナジー 9:30 10:45 TAKA</p> <p>ハタヨガ&amp;メディテーション 11:00 12:15 SONOKO</p> <p>陰ヨガ 19:00 20:15 武藤あや</p> <p>ピラティス&amp;ストレッチ 20:30 21:45 Mayu-ri</p>	<p>ヒーリングヨガ 代行 9:30 10:45 Ayako</p> <p>ハタヨガ (アドバンス) 代行 11:00 12:15 Ayako</p> <p>ハタヴィンヤサ (ALLLEVEL) 19:00 20:15 根岸アキ</p> <p>リカバリーヨガ 20:30 21:45 根岸アキ</p>	<p>ハタヨガ (All Level) 代行 9:30 10:45 SAORI</p> <p>サステナブルヨガフロー 代行 11:00 12:15 MICHI</p> <p>リストラティブヨガ 13:30 14:45 Yoko</p> <p>はじめてのアシュタンガヨガ 15:00 16:15 Yoko</p>	<p>ハタヴィンヤサヨガ 10:45 12:00 根岸アキ</p> <p>ハタ&amp;リラクゼーションヨガ 13:30 14:45 Yoshie</p> <p>はじめてのヨガ 15:30 16:45 大iske</p>	
<b>STUDIO B</b>			<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 STAFF</p> <p>はじめてのボルダリング 19:00 20:15 Mica</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 モリ</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 19:00 20:15 スズキ</p>	<p>はじめてのボルダリング 10:45 12:00 STAFF</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 14:00 15:00 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 9:30 10:45 モリ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 13:00 14:15 モリ</p> <p>体験ロープクライミング 15:30 17:00 モリ</p>
<b>CLIMBING</b>			<p>放課後クライミングスクール 入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p> <p>中級コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>放課後クライミングスクール 入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>放課後クライミングスクール 入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>放課後クライミングスクール 入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>放課後クライミングスクール 入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>
<b>OUTDOOR</b>			<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>
			6	7	9	10	11
<b>STUDIO A</b>	<p>Yin &amp; Yang (English Available) 11:00 12:15 Ayako</p> <p>ヘルピック (骨盤) ヨガ 13:00 14:15 澤畑ちくさ</p> <p>ピラティス (フロー) 19:00 20:15 マキ</p> <p>リストラティブヨガ 20:30 21:30 Chizuco</p>	<p>はじめてのヨガ 9:30 10:45 清水喬</p> <p>サステナブルヨガ 11:00 12:15 MICHI</p> <p>アシュタンガヨガ 19:00 20:15 Yoko</p> <p>ピラティス 20:30 21:45 白石 紋子</p>	<p>ヨガシナジー 9:30 10:45 TAKA</p> <p>ハタヨガ&amp;メディテーション 11:00 12:15 SONOKO</p> <p>陰ヨガ 19:00 20:15 武藤あや</p> <p>ピラティス&amp;ストレッチ 20:30 21:45 Mayu-ri</p>	<p>ヒーリングヨガ 9:30 10:45 Uma</p> <p>ハタヨガ (アドバンス) 11:00 12:15 Uma</p> <p>ハタヴィンヤサ (ALLLEVEL) 19:00 20:15 根岸アキ</p> <p>リカバリーヨガ 20:30 21:45 根岸アキ</p>	<p>ハタヨガ (All Level) 代行 9:30 10:45 SAORI</p> <p>サステナブルヨガフロー 代行 11:00 12:15 MICHI</p> <p>リストラティブヨガ 13:30 14:45 Yoko</p> <p>はじめてのアシュタンガヨガ 15:00 16:15 Yoko</p>	<p>ハタヴィンヤサヨガ 10:45 12:00 根岸アキ</p> <p>ハタ&amp;リラクゼーションヨガ 13:30 14:45 Yoshie</p> <p>はじめてのヨガ 15:30 16:45 大iske</p>	
<b>STUDIO B</b>	<p>リラクセスフローヨガ 19:00 20:15 Chizuco</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>		
<b>CLIMBING</b>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 シバタ</p> <p>ロープスクール (トップロープ編) ★ 14:00 15:00 シバタ</p> <p>放課後クライミングスクール 入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p> <p>中級コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 シバタ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 14:00 15:15 シバタ</p> <p>ボルダリング中級 19:00 20:15 miwa</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 STAFF</p> <p>はじめてのボルダリング 19:00 20:15 miwa</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 モリ</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 19:00 20:15 スズキ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 19:00 20:15 STAFF</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 10:45 12:00 STAFF</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 14:00 15:00 STAFF</p> <p>正面壁トップロープ 15:30 17:00 モリ</p> <p>KIDSボルダリング体験TIME ★ お子様の体験! 17:30 18:30 STAFF</p>		
<b>OUTDOOR</b>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>		
	13	14	16	17	18	19	
<b>STUDIO A</b>	<p>Yin &amp; Yang (English Available) 11:00 12:15 Ayako</p> <p>ヘルピック (骨盤) ヨガ 13:00 14:15 澤畑ちくさ</p> <p>ピラティス (フロー) 19:00 20:15 マキ</p> <p>リストラティブヨガ 20:30 21:30 Chizuco</p>	<p>はじめてのヨガ 9:30 10:45 清水喬</p> <p>サステナブルヨガ 11:00 12:15 MICHI</p> <p>アシュタンガヨガ 19:00 20:15 Yoko</p> <p>ピラティス 20:30 21:45 白石 紋子</p>	<p>ヨガシナジー 9:30 10:45 TAKA</p> <p>ハタヨガ&amp;メディテーション 11:00 12:15 SONOKO</p> <p>陰ヨガ 19:00 20:15 武藤あや</p> <p>ピラティス&amp;ストレッチ 20:30 21:45 Mayu-ri</p>	<p>ヒーリングヨガ 9:30 10:45 Uma</p> <p>ハタヨガ (アドバンス) 11:00 12:15 Uma</p> <p>ハタヴィンヤサ (ALLLEVEL) 19:00 20:15 根岸アキ</p> <p>リカバリーヨガ 20:30 21:45 根岸アキ</p>	<p>優しいヨガと瞑想 NEW! 9:30 10:45 Tamaki</p> <p>エナジーフロー NEW! 11:00 12:15 Tamaki</p> <p>リストラティブヨガ 13:30 14:45 Yoko</p> <p>はじめてのアシュタンガヨガ 15:00 16:15 Yoko</p>	<p>ハタヴィンヤサヨガ 10:45 12:00 根岸アキ</p> <p>ハタ&amp;リラクゼーションヨガ 13:30 14:45 Yoshie</p> <p>はじめてのヨガ 15:30 16:45 大iske</p>	
<b>STUDIO B</b>	<p>リラクセスフローヨガ 19:00 20:15 Chizuco</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>		
<b>CLIMBING</b>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 シバタ</p> <p>ロープスクール (リード編) ★ 14:00 15:00 シバタ</p> <p>放課後クライミングスクール 入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p> <p>中級コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 シバタ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 14:00 15:15 シバタ</p> <p>ボルダリング中級 19:00 20:15 miwa</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 STAFF</p> <p>はじめてのボルダリング 19:00 20:15 miwa</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 モリ</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 19:00 20:15 スズキ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 19:00 20:15 STAFF</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 10:45 12:00 STAFF</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 14:00 15:00 STAFF</p> <p>正面壁トップロープ 15:30 17:00 モリ</p> <p>KIDSボルダリング体験TIME ★ お子様の体験! 17:30 18:30 STAFF</p>		
<b>OUTDOOR</b>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>		
	20	21	23	24	25	26	
<b>STUDIO A</b>	<p>Yin &amp; Yang (English Available) 11:00 12:15 Ayako</p> <p>ヘルピック (骨盤) ヨガ 13:00 14:15 澤畑ちくさ</p> <p>ピラティス (フロー) 19:00 20:15 マキ</p> <p>リストラティブヨガ 20:30 21:30 Chizuco</p>	<p>はじめてのヨガ 9:30 10:45 清水喬</p> <p>サステナブルヨガ 11:00 12:15 MICHI</p> <p>アシュタンガヨガ 19:00 20:15 Yoko</p> <p>ピラティス 20:30 21:45 白石 紋子</p>	<p>ヨガシナジー 9:30 10:45 TAKA</p> <p>ハタヨガ&amp;メディテーション 11:00 12:15 SONOKO</p> <p>陰ヨガ 19:00 20:15 武藤あや</p> <p>ピラティス&amp;ストレッチ 20:30 21:45 Mayu-ri</p>	<p>ヒーリングヨガ 9:30 10:45 Uma</p> <p>ハタヨガ (アドバンス) 11:00 12:15 Uma</p> <p>ハタヴィンヤサ (ALLLEVEL) 19:00 20:15 根岸アキ</p> <p>リカバリーヨガ 20:30 21:45 根岸アキ</p>	<p>優しいヨガと瞑想 NEW! 9:30 10:45 Tamaki</p> <p>エナジーフロー NEW! 11:00 12:15 Tamaki</p> <p>リストラティブヨガ 13:30 14:45 Yoko</p> <p>はじめてのアシュタンガヨガ 15:00 16:15 Yoko</p>	<p>ハタヴィンヤサヨガ 10:45 12:00 根岸アキ</p> <p>ハタ&amp;リラクゼーションヨガ 13:30 14:45 Yoshie</p> <p>はじめてのヨガ 15:30 16:45 大iske</p>	
<b>STUDIO B</b>	<p>リラクセスフローヨガ 19:00 20:15 Chizuco</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>		
<b>CLIMBING</b>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 シバタ</p> <p>ロープスクール (リード編) ★ 14:00 15:00 シバタ</p> <p>放課後クライミングスクール 入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p> <p>中級コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 シバタ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 14:00 15:15 シバタ</p> <p>ボルダリング中級 19:00 20:15 miwa</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 STAFF</p> <p>はじめてのボルダリング 19:00 20:15 miwa</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 モリ</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 19:00 20:15 スズキ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 19:00 20:15 STAFF</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 10:45 12:00 STAFF</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 14:00 15:00 STAFF</p> <p>正面壁トップロープ 15:30 17:00 モリ</p> <p>KIDSボルダリング体験TIME ★ お子様の体験! 17:30 18:30 STAFF</p>		
<b>OUTDOOR</b>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>		
	27	28	30	31	8	15	
<b>STUDIO A</b>	<p>Yin &amp; Yang (English Available) 11:00 12:15 Ayako</p> <p>ヘルピック (骨盤) ヨガ 13:00 14:15 澤畑ちくさ</p> <p>ピラティス (フロー) 19:00 20:15 マキ</p> <p>リストラティブヨガ 20:30 21:30 Chizuco</p>	<p>はじめてのヨガ 9:30 10:45 清水喬</p> <p>サステナブルヨガ 11:00 12:15 MICHI</p> <p>アシュタンガヨガ 19:00 20:15 Yoko</p> <p>ピラティス 20:30 21:45 白石 紋子</p>	<p>ヨガシナジー 9:30 10:45 TAKA</p> <p>ハタヨガ&amp;メディテーション 11:00 12:15 SONOKO</p> <p>陰ヨガ 19:00 20:15 武藤あや</p> <p>ピラティス&amp;ストレッチ 20:30 21:45 Mayu-ri</p>	<p>ヒーリングヨガ 9:30 10:45 Uma</p> <p>ハタヨガ (アドバンス) 11:00 12:15 Uma</p> <p>ハタヴィンヤサ (ALLLEVEL) 19:00 20:15 根岸アキ</p> <p>リカバリーヨガ 20:30 21:45 根岸アキ</p>	<p>優しいヨガと瞑想 NEW! 9:30 10:45 Tamaki</p> <p>エナジーフロー NEW! 11:00 12:15 Tamaki</p> <p>リストラティブヨガ 13:30 14:45 Yoko</p> <p>はじめてのアシュタンガヨガ 15:00 16:15 Yoko</p>	<p>ハタヴィンヤサヨガ 10:45 12:00 根岸アキ</p> <p>ハタ&amp;リラクゼーションヨガ 13:30 14:45 Yoshie</p> <p>はじめてのヨガ 15:30 16:45 大iske</p>	
<b>STUDIO B</b>	<p>リラクセスフローヨガ 19:00 20:15 Chizuco</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>		
<b>CLIMBING</b>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 シバタ</p> <p>ロープスクール (リード編) ★ 14:00 15:00 シバタ</p> <p>放課後クライミングスクール 入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p> <p>中級コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 シバタ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 14:00 15:15 シバタ</p> <p>ボルダリング中級 19:00 20:15 miwa</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 STAFF</p> <p>はじめてのボルダリング 19:00 20:15 miwa</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 モリ</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 19:00 20:15 スズキ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 19:00 20:15 STAFF</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 10:45 12:00 STAFF</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 14:00 15:00 STAFF</p> <p>正面壁トップロープ 15:30 17:00 モリ</p> <p>KIDSボルダリング体験TIME ★ お子様の体験! 17:30 18:30 STAFF</p>		
<b>OUTDOOR</b>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>		
	27	28	30	31	8	15	
<b>STUDIO A</b>	<p>Yin &amp; Yang (English Available) 11:00 12:15 Ayako</p> <p>ヘルピック (骨盤) ヨガ 13:00 14:15 澤畑ちくさ</p> <p>ピラティス (フロー) 19:00 20:15 マキ</p> <p>リストラティブヨガ 20:30 21:30 Chizuco</p>	<p>はじめてのヨガ 9:30 10:45 清水喬</p> <p>サステナブルヨガ 11:00 12:15 MICHI</p> <p>アシュタンガヨガ 19:00 20:15 Yoko</p> <p>ピラティス 20:30 21:45 白石 紋子</p>	<p>ヨガシナジー 9:30 10:45 TAKA</p> <p>ハタヨガ&amp;メディテーション 11:00 12:15 SONOKO</p> <p>陰ヨガ 19:00 20:15 武藤あや</p> <p>ピラティス&amp;ストレッチ 20:30 21:45 Mayu-ri</p>	<p>ヒーリングヨガ 9:30 10:45 Uma</p> <p>ハタヨガ (アドバンス) 11:00 12:15 Uma</p> <p>ハタヴィンヤサ (ALLLEVEL) 19:00 20:15 根岸アキ</p> <p>リカバリーヨガ 20:30 21:45 根岸アキ</p>	<p>優しいヨガと瞑想 NEW! 9:30 10:45 Tamaki</p> <p>エナジーフロー NEW! 11:00 12:15 Tamaki</p> <p>リストラティブヨガ 13:30 14:45 Yoko</p> <p>はじめてのアシュタンガヨガ 15:00 16:15 Yoko</p>	<p>ハタヴィンヤサヨガ 10:45 12:00 根岸アキ</p> <p>ハタ&amp;リラクゼーションヨガ 13:30 14:45 Yoshie</p> <p>はじめてのヨガ 15:30 16:45 大iske</p>	
<b>STUDIO B</b>	<p>リラクセスフローヨガ 19:00 20:15 Chizuco</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>	<p>シヴァナダヨガ 19:30 21:00 Yoshie</p>		
<b>CLIMBING</b>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 シバタ</p> <p>ロープスクール (リード編) ★ 14:00 15:00 シバタ</p> <p>放課後クライミングスクール 入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p> <p>中級コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 シバタ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 14:00 15:15 シバタ</p> <p>ボルダリング中級 19:00 20:15 miwa</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 STAFF</p> <p>はじめてのボルダリング 19:00 20:15 miwa</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 11:00 12:15 モリ</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 19:00 20:15 スズキ</p> <p>スピードクライミングモニタープログラム 19:00 20:15 STAFF</p> <p>入門コース (小学1~中学3年生) 17:30 18:30 STAFF</p>	<p>はじめてのボルダリング 10:45 12:00 STAFF</p> <p>親子ボルダリング体験 親子で体験! 14:00 15:00 STAFF</p> <p>正面壁トップロープ 15:30 17:00 モリ</p> <p>KIDSボルダリング体験TIME ★ お子様の体験! 17:30 18:30 STAFF</p>		
<b>OUTDOOR</b>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>	<p>はじめてのストラックライン NEW! 9:30 10:45 STAFF</p>		

クライミング 始めるなら!!
はじめてのボルダリング 平日 (月,火,金,木) 11:00~12:15 (火木隔週,金) 19:00~20:15
休日 (土) 10:45~12:00 (日) 9:30~10:45
体験ロープクライミング 休日 (日) 15:30~17:00
NEW レッスン!!
《スタジオ》 平日 (土) 優しいヨガと瞑想 9:15~10:30 (土) エナジーフロー 11:00~12:15

**営業時間** 平日 (月~金) 9:00~22:00 休日 (土日祝日) 9:00~21:00
 **定休日** 毎週水曜日 (水曜祝日の場合は、翌営業日)
 **ロープクライミング チェック時間** 平日 (月~金) 14:00~20:00 休日 (土日祝日) 13:00~19:00