

	2/1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)		
アウトドアスポーツ	13:20 サイクル 藤岡古墳&湖畔	14:20 Nウォーク 高崎観音山散策	1day 雪歩き スノーシューハイク *1日・半日アウトドア各種OK	1day 雪歩き スノーシューハイク 軽井沢「溶岩&ピークハント」 ※コース変更の場合あり *1日・半日アウトドア各種OK	0.5day ハイク 水瀑鑑賞 藤岡「岩清水&秘境の滝」 *1日・半日アウトドア各種OK		
スタジオ & climbing wall	10:30 ヨガetc. サーキット① 19:00 ヨガetc. サーキット① 20:45 ヨガetc. サーキット②	10:30 ヨガ II ハタ・ラージヤ 12:15 ヨガetc. サーキット① 19:00 ピラティス ストレッチボール+ 20:30 ヨガ II アシュタンガ①	4月~ TTC ヨガイントラ養成 19:00 ヨガ II ハタ・ウインヤサ 20:45 壁登り フィットネスクライム	close	11:00 ヨガ II ハタ・ラージヤ		
	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)	12 (日)
アウトドアスポーツ	1day 雪歩き スノーシューハイク *1日・半日アウトドア各種OK	13:20 ハイク 藤岡里山トレイル	13:20 MTB 高崎里山トレイル	14:20 トラン 藤岡里山トレイル	1day コース アウトドア中高年 2月は 水瀑鑑賞ハイク	0.5day ハイク 水瀑鑑賞 藤岡「岩清水&秘境の滝」 *1日・半日アウトドア各種OK	1day 雪歩き スノーシューハイク 赤城周遊「水の湖ウォーク」 ※コース変更の場合あり *1日・半日アウトドア各種OK
スタジオ & climbing wall	19:00 ヨガ II パワー 20:45 ピラティス ストレッチボール+	10:30 ヨガ I 骨盤調整 17:30 こども クライム & 綱渡り 19:00 ヨガ I ハタ 20:30 ヨガetc. サーキット①	10:30 ヨガetc. サーキット① 19:00 ヨガ II アイアンガー 20:45 ヨガ I アロマ	10:30 ヨガ II ハタ・ラージヤ 12:15 ヨガetc. サーキット① 19:00 ヨガ I 骨盤調整 20:30 ヨガ III アシュタンガ②	4月~ TTC ヨガイントラ養成 19:00 ヨガ II ハタ・ウインヤサ 20:45 ヨガetc. サーキット①	11:00 ヨガ I アロマ 4月~ TTC ヨガイントラ養成	11:00 ヨガ II アイアンガー 4月~ TTC ヨガイントラ養成
	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)	19 (日)
アウトドアスポーツ	1day コース アウトドア女子 2月は 水瀑鑑賞ハイク	13:20 ハイク 高崎里山トレイル	13:20 デュアル サイクル & ハイク	14:20 Nウォーク 高崎街中周遊	1day 雪歩き スノーシューハイク *1日・半日アウトドア各種OK	1day 雪歩き スノーシューハイク 赤城周遊「水の湖ウォーク」 ※コース変更の場合あり *1日・半日アウトドア各種OK	1day ハイク 水瀑鑑賞 なんもく「アイスフォールズ」 *1日・半日アウトドア各種OK
スタジオ & climbing wall	19:00 ヨガ II イシュタ 20:45 ピラティス ベーシック	10:30 ヨガ II イシュタ 17:30 こども クライム & 綱渡り 19:00 ヨガ I ハタ 20:30 ヨガetc. サーキット①	10:30 ヨガetc. サーキット① 19:00 ヨガetc. サーキット① 20:45 ヨガetc. サーキット②	10:30 ヨガ II ハタ・ラージヤ 12:15 ヨガetc. サーキット① 19:00 ピラティス ストレッチボール+ 20:30 ヨガ II アシュタンガ①	4月~ TTC ヨガイントラ養成 19:00 ヨガ II ハタ・ウインヤサ 20:45 壁登り フィットネスクライム	close	11:00 ヨガ II ハタ・ラージヤ
	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)	26 (日)
アウトドアスポーツ	1day 雪歩き スノーシューハイク *1日・半日アウトドア各種OK	13:20 ハイク 高崎だるまトレイル	13:20 サイクル 高崎観音山周遊	14:20 トラン 高崎里山トレイル	1day コース アウトドア中高年 (予備日)	1day ハイク 水瀑鑑賞 なんもく「アイスフォールズ」 *1日・半日アウトドア各種OK	1day 雪歩き スノーシューハイク 軽井沢「溶岩&ピークハント」 ※コース変更の場合あり *1日・半日アウトドア各種OK
スタジオ & climbing wall	19:00 ヨガ II パワー 20:45 ピラティス ストレッチボール+	10:30 ヨガ I 骨盤調整 17:30 こども クライム & 綱渡り 19:00 ヨガ I ハタ 20:30 ヨガetc. サーキット①	10:30 ヨガetc. サーキット① 19:00 ヨガ II アイアンガー 20:45 ヨガ I アロマ	10:30 ヨガ II ハタ・ラージヤ 12:15 ヨガetc. サーキット① 19:00 ヨガ I 骨盤調整 20:30 ヨガ III アシュタンガ②	4月~ TTC ヨガイントラ養成 19:00 ヨガ II ハタ・ウインヤサ 20:45 ヨガetc. サーキット①	11:00 ヨガ I アロマ 4月~ TTC ヨガイントラ養成	11:00 ヨガ II アイアンガー 4月~ TTC ヨガイントラ養成
	27 (月)	28 (火)	29 (水)				
アウトドアスポーツ	1day コース アウトドア女子 (予備日)	13:20 ハイク 藤岡里山トレイル	1day 雪歩き スノーシューハイク *1日・半日アウトドア各種OK	close			
スタジオ & climbing wall	19:00 ヨガ II イシュタ 20:45 ピラティス ベーシック	10:30 ヨガ II イシュタ 17:30 こども クライム & 綱渡り 19:00 ヨガ I ハタ 20:30 ヨガetc. サーキット①					

~ 最新情報・NEWS ~  
 ●アウトドア女子・アウトドア中高年養成チャレンジコース スタート！参加者随時募集！！  
 ●TTC・ヨガインストラクター養成コース:4月スタート！平日コース・週末コース 生徒募集！！  
 ~ おすすめツアー・トリップ ~  
 ●水瀑鑑賞ハイキング:藤岡「岩清水&秘境の滝」、なんもく「アイスフォールズ」

枠カラー カウント数  
 ■ ...1回分+α  
 ■ ...2回分+α  
 ■ ...3回分+α  
 ■ ...4回分+α  
 その他 ...特別料金  
 ※土日祝等 +¥1000