

6月

アマン東京 フリークラスのご案内

| Sunday | Monday | Tuesday | Wednesday | Thursday | Friday | Saturday |
|--|--------------------------|--------------------------|--|--|---|----------------------------------|
| | | | | | | 1 |
| | | | | | | 人力車 8.30am 9am 9.30am 10am |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| フォームローラー エクササイズ 9.30am - 10.30am | 瞑想 7.30am - 8am | 瞑想 7.30am - 8am | 瞑想 7.30am - 8am | 瞑想 7.30am - 8am | 利き酒体験 4pm - 4.30pm | 人力車 8.30am 9am 9.30am 10am |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| マットピラティス 8am - 9am | 瞑想とヨガ 8.30am - 9.30am | ヨガ 8am - 9am | 瞑想とヨガ 8.30am - 9.30am | 瞑想とヨガ 8.30am - 9.30am | 瞑想とヨガ 8.30am - 9.30am 利き酒体験 4pm - 4.30pm | 人力車 8.30am 9am 9.30am 10am |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 瞑想とヨガ 8am - 9am | 瞑想とヨガ 8.30am - 9.30am | 瞑想とヨガ 8.30am - 9.30am | 瞑想とヨガ 8.30am - 9.30am | 瞑想とヨガ 8.30am - 9.30am | 瞑想とヨガ 8.30am - 9.30am | 人力車 8.30am 9am 9.30am 10am |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| ヨガ 9.30am - 10.30am | ヨガ 9.30am - 10.30am | ヨガ 8am - 9am | フォームローラー エクササイズ 9.30am - 10.30am | フォームローラー エクササイズ 9.30am - 10.30am | | 人力車 8.30am 9am 9.30am 10am |
| 30 | | | | | | |
| フォームローラー エクササイズ 9.30am - 10.30am | | | | | | |