

7月

## アマン東京 フリークラスのご案内

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
	フォームローラー エクササイズ 9.30am - 10.30am	ヨガ 8am-9am	瞑想とヨガ 8am - 9am	ヨガ 9:30am-10:30am	利き酒体験 4pm - 4.30pm	人力車 8.30am 9am 9.30am 10am
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
瞑想とヨガ 8am - 9am	ヨガ 8am-9am	ヨガ 9:30am-10:30am	瞑想とヨガ 8am - 9am	ヨガ 9:30am-10:30am		人力車 7am 7.30am 8am 8.30am
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
瞑想とヨガ 8am - 9am	マットピラティス 8am - 9am	ヨガ 8am-9am	瞑想とヨガ 8am - 9am	瞑想とヨガ 8am - 9am	利き酒体験 4pm - 4.30pm	人力車 8.30am 9am 9.30am 10am
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
フォームローラー エクササイズ 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	瞑想とヨガ 8am - 9am	瞑想とヨガ 8am - 9am	利き酒体験 4pm - 4.30pm	人力車 8.30am 9am 9.30am 10am
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>			
瞑想とヨガ 8am - 9am	フォームローラー エクササイズ 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			