

3

MONDAY

KC ガーループレッシュ

TUESDAY

WEDNESDAY

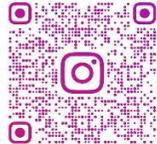
THURSDAY

everything FRIDAY

SATURDAY

March 令和8年 2026

SUNDAY

 <p>3月20日は春分の日 ✨施行日は毎年3月20日から3月21日ごろのいずれか1日間に定められる。祝日法上で「春分日としており、日付を指定していない。ちなみに来年は3月21日で、再来年は3月20日が春分の日 ✨</p> <p>祝日なので 朝10:00~10:45 &amp;YOGA</p> <p>夜の部は19:00~19:45懐かしのTAPしかも知る人ぞ知るデビューのvol.1(2015.10)</p> <p>そして20:00~20:30 KOGITAROUで漕ぎまわろう🚣🏻🏊🏻 朝から晩までご参加、お待ちしております。</p>						 <p>@KARADACHIFFON2010</p>	<p>1 ジャスティン・ビーバー</p> <p>20:00~21:00 Suit plus</p>
<p>2 島崎和歌子</p> <p>21:15~22:00 limit×limit</p>	<p>3 栗田貴一</p> <p>好きな言葉は「一心不乱」。趣味はゴルフ。練習場で一度に1000球近く打ったことがあるほど好きだといひ、ベストスコアは70台である。</p> 	<p>4 浅野温子</p> 	<p>5 松山ケンイチ</p> <p>20:15~21:00 Suit</p>	<p>6 あいみよん</p> <p>声優の水田わさび(現ドラえもん)がファンだと公言している。ライブに一度連れて行ってもらいましたが、口からCD流れてるかと思うくらい素敵でした♪</p>	<p>7 矢沢あい</p> <p>19:00~19:45 KOGITAROU</p>	<p>8 桜井和寿</p> <p>20:00~21:00 Suit plus</p>	
<p>9 SUGA</p> <p>21:15~22:00 limit×limit</p>	<p>10 米津玄師</p> <p>本名も米津玄師「よねづ けんし」 きっと今まで「ゲンシ」と思っていた人も多いと思います。…私もです。</p>	<p>11 大沢たかお</p> 	<p>12 勝俣州和</p> <p>20:15~21:00 Suit</p>	<p>13 コロケ</p> <p>小池さんがまに活舌が悪いと「小池です」が「ころっけです」に聞こえます👂</p>	<p>14 毛利元就</p> <p>19:00~19:45 KOGIJIROU</p>	<p>15 武豊</p> <p>20:00~21:00 Suit plus</p>	
<p>16 木村多江</p> <p>※時間注意</p> <p>20:15~21:00 limit×limit</p>	<p>17 玉森裕太</p> 	<p>18 豊川悦司</p>  	<p>19 市川美和子</p> <p>20:15~21:00 Suit</p>	<p>20 🍌 竹内まりや</p> <p>10:00~10:45&amp;YOGA</p> <p>19:00~19:45 TAP vol.1</p> <p>20:00~KOGITAROU30</p>	<p>21 佐藤健</p> 	<p>22 草間彌生</p> <p>20:00~21:00 Suit plus</p>	
<p>23 🍒 黒澤明</p> <p>※時間注意</p> <p>20:15~21:00 limit×limit</p>	<p>24 綾瀬はるか</p> 	<p>25 樋口一葉</p> <p>少し前までの5千円札の人歴代の5千円札は①聖徳太子 ②新渡戸稲造③樋口一葉 ④津田梅子の4名です。これ、テストに出ます。</p>	<p>26 上原ひろみ</p> <p>20:15~21:00 Suit</p>	<p>27 マライア・キャリー</p> 	<p>28 骨川スネ夫</p> <p>19:30~20:15 Suit</p> <p>20:30~21:00 KOGITAROU30</p>	<p>29 西島秀俊</p> <p>「あすなる白書」で掛居(筒井道隆)に好意を寄せていたが交通事故に遭い、亡くなってしまう。役が印象的でした。</p>	
<p>30 島倉千代子</p>   	<p>31 館ひろし</p> <p>明日からは新年度！館ひろしは今日で76歳！！本名は「館 廣」ですが読み方はおなじ。</p>	<p><b>KOGITAROU&amp;KOGIJIROU 自転車に乗ったその瞬間から明日の浮腫みも悩みも解消！</b></p> <p><b>👟 limit × limit</b> とにかく全身を引き締めていきます。終わったら自己肯定感爆上がり！</p> <p><b>👟 Suit (plus)</b> バーベルを使用して短時間で効率よく全身運動！</p> <p><b>👟 &amp;YOGA</b> 祝日の朝はYOGAで動いて一日の代謝上がっていい感じ♪</p>					

place KARADachiffonYAMANOTE Price \$ 30min ¥1,650- 45min ¥2,000- 60min ¥2,500- Capacity 🧑🧑🧑🧑🧑6or7Member