

2022年4月スケジュール【確定版】



本スケジュールは館内で撮影頂けます。

火曜日					水曜日					木曜日					金曜日					土曜日					日曜日				
Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ガレージ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ガレージ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ガレージ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ガレージ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ガレージ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ガレージ	プール
45																													
08:00																													
15																													
30																													
45																													
09:00																													
15																													
30																													
45																													
10:00																													
15	エフD1 10:05～10:45 松本 淳代	機能改善スクール 10:15～10:45 鈴木 彩子 【有】																											
30																													
45																													
11:00																													
15																													
30	リフレッシュ体操60 11:05～12:05 鈴木 彩子	カラオケでYOGA45 11:10～11:55 松本 淳代																											
45																													
12:00																													
15																													
30																													
45	骨盤リズム ダイエット45 12:25～13:10 鈴木 彩子	[MOVE BODY] FIGHT45 12:15～13:00 REN																											
13:00																													
15																													
30																													
45																													
14:00																													
15																													
30																													
45																													
15:00																													
15																													
30																													
45																													
16:00																													
15	キッズチアダンス キッズ 15:45～16:45	キッズ体育のミカタ キッズ 15:45～16:45																											
30																													
45																													
17:00																													
15	キッズチアダンス キッズ 16:45～17:45	キッズ体育のミカタ キッズ 16:45～17:45																											
30																													
45																													
18:00																													
15	キッズチアダンス ジュニアⅡ 17:45～18:45	キッズ体育のミカタ ジュニアⅡ 17:45～18:45																											
30																													
45																													
19:00																													
15																													
30	[MOVE BODY] POWER30 19:20～19:50 鈴木 彩子	エフD1 19:10～19:50 木村 隆																											
45																													
20:00																													
15																													
30	エフD2 20:10～21:00 木村 隆	[MOVE BODY] FIGHT30 20:15～20:45 鈴木 彩子																											
45																													
21:00																													
15																													
30																													
45																													
22:00																													
15																													
30																													

・ [] →変更プログラム

・ 赤字→変更部分

・ NEW表記が付いているレッスンは新規導入レッスンとなります。

・ [有] 表記のあるクラスは有料スクールとなります。