



LESSON SCHEDULE 【4月】

月 (Mon)	火 (Tue)	水 (Wed)	木 (Thu)	金 (Fri)	土 (Sat)	日 (Sun)
11:00~11:30 コンディショニング ピラティス 岡山 裕介			11:00~11:30 BODYCOMBAT 山口満喜		11:00~11:30 朝活で 代謝アップ! スタッフ	
	12:30~13:00 ピラティス 菊川 由美子			12:00~12:45 SH' BAM 中馬亜梨沙		
	14:00~14:30 美姿勢 トレーニング 大田 麻奈美	14:00~14:30 めざせスッキリ 下半身 島田 はつこ	13:00~13:30 WEBGYM BIKE スタッフ			14:30~15:00 BODYCOMBAT スタッフ
				15:00~15:45 リラックスヨガ 石丸美華	15:00~15:30 Body Move! Evolution! 手島佑貴	
		18:10~18:40 HOME BOXING 原野 照子				16:30~17:00 RPM スタッフ
19:00~19:30 脂肪燃焼 HIIT!!! スタッフ	19:00~19:30 ダンスエアロ 高山英士		19:30~20:15 SH' BAM 松永 三千代	19:00~19:45 BODYBALANCE Naomi		
20:40~21:10 コアトレーニング 高山ゆか		20:10~20:40 BODYCOMBAT 東井 ゆかり				
	21:00~21:30 DANCE&FITNESS 畑田美紀			21:00~21:20 WEBGYM WORKOUT スタッフ		

※急遽スケジュールが変わる可能性があります。予めご了承ください。