

練馬店 4月暫定版スケジュール

	月曜日			火曜日			水曜日			金曜日			土曜日			日曜日			
	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
09:00																			09:00
15																			15
30																			30
45																			45
10:00																			10:00
15	ステップ1 10:00~10:40 小田 忠明	骨盤リズムダイエット45 10:00~10:45 小関 由美子		アロマヒーリングストレッチ45 10:00~10:45 郡山 恵			ヨガ45 10:00~10:45 泉 清香	BASE WALK45 09:55~10:40 今村 恵子	アクアダンス30 10:10~10:40 小堀 民子	MAT PILATES45 10:00~10:45 添田 美帆	アドバンスエアロ 09:55~10:55 小田 忠明								15
30																			30
45																			45
11:00																			11:00
15	HATHA YOGA ディープ プレス フロウ45 11:00~11:45 小田 忠明	BASE WALK45 11:00~11:45 小関 由美子					ヨガ45 11:05~11:50 郡山 恵												15
30																			30
45																			45
12:00																			12:00
15																			15
30	Ageless Mobi30 12:10~12:40 松本 啓一																		30
45																			45
13:00																			13:00
15																			15
30	MAT PILATES30 13:10~13:40 小池 光世																		30
45																			45
14:00																			14:00
15																			15
30	HULA HULA 14:00~14:45 小池 光世																		30
45																			45
15:00																			15:00
15																			15
30	HULA HULA 有料クラス30 15:00~15:30 小池 光世																		30
45																			45
16:00																			16:00
15																			15
30	ピククルボール 16:00~17:00 【有料】																		30
45																			45
17:00																			17:00
15																			15
30																			30
45																			45
18:00																			18:00
15																			15
30																			30
45																			45
19:00																			19:00
15																			15
30																			30
45																			45
20:00																			20:00
15																			15
30																			30
45																			45
21:00																			21:00
15																			15
30																			30
45																			45
22:00																			22:00
15																			15
30																			30
45																			45
23:00																			23:00

4月新プログラム…

時間/担当者変更… 変更箇所を
青の太文字表記

プログラム変更枠…