

# CRYSTAL 2月 スタジオレッスンスケジュール

HOTヨガ 空先生 17日(木)お休み

エステ 17:00~20:30最終受付 月・火・水・木・金  
 岩盤 10:00~21:00 月・火・水・木・金・土 岩盤ヨガ

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日															
	1スタジオ	2スタジオ	1スタジオ	2スタジオ	1スタジオ	2スタジオ	1スタジオ	2スタジオ	1スタジオ	2スタジオ	1スタジオ	2スタジオ	1スタジオ	2スタジオ														
10:00	<div style="border: 1px solid red; padding: 5px; width: fit-content;">                     コロナウイルス蔓延防止のため                      2月13日まで休業させていただきます。                 </div>																											
10:30																												
11:00																												
11:30																												
12:00																												
12:30																												
13:00																												
13:30	13:30~14:30 enjoyダンス Ⓢ	13:30~14:30 HOTヨガ ★ 空先生			13:00~13:30 Ⓢシルクストレッチ	13:30~14:30 ZUMBA® Ⓢ	13:00~14:00 バレエフィット Ⓢ★					13:30~14:30 ヨガ Ⓢ★																
14:00																												
14:30																												
15:00																												
15:30																												
16:00																												
16:30	16:30~17:30 ヨガ Ⓢ★ りん先生				ストリートダンス		16:30~17:30 ヨガ Ⓢ★ りん先生		Ballet Swaro																			
17:00																												
17:30																												
18:00																												
18:30																												
19:00	高山ボクシング								Ballet Swaro				高山ボクシング															
19:30					19:00~19:30 Ⓢリズムストレッチ			19:30~20:00 Ⓢポティファイヤー	19:30~20:30 HOTヨガ ★ 空先生			19:30~20:30 enjoyダンス Ⓢ																
20:00					19:30~20:00 Ⓢシルクストレッチ			20:00~20:30 Ⓢ美トレ					20:30~21:30 ストリートダンス Ⓢ															
20:30			20:30~21:30 ジャズダンス レッスン	20:30~21:00 Ⓢ肩甲骨	20:00~21:00 ストリートダンス Ⓢ																							
21:00	21:00~22:00 ZUMBA® Ⓢ				21:00~21:30 Ⓢサーキット			20:45~21:45 第1,3大人バレエ 第2,4ジャズダンス ★Ⓢ					21:00~22:00 ZUMBA® Ⓢ															
21:30																												

第1・第3 休み  
第2・第4 ヨガ

◆アロマヨガ (岩盤有) 水曜日19:30~20:30 予約制



- ◆ ☆マークヨガ、HOTヨガ、バレエフィット、ジャズダンス、カラダメンテは要予約
- ◆ 都合によりプログラム時間、内容、担当者が変更する場合があります
- ◆ ご予約は ☎ 0577-77-9565 または 予約サイトにて受け付けております



ネット予約はコチラから