

CRYSTAL 7月レッスンスケジュール

今月のお休み ◇7/7(木)11:30~14:00 休み
◇7/23(土)enjoyダンス ◇7/30(土)ダンススポーツ 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 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														
10:30														
11:00														
11:30														
12:00														
12:30														
13:00														
13:30														
14:00														
14:30														
15:00														
15:30														
16:00														
16:30														
17:00														
17:30														
18:00														
18:30														
19:00														
19:30														
20:00														
20:30														
21:00														
21:30														

10:30~11:30
ヨガ
第1・第3 ゆあ先生
第2・第4 りん先生

13:30~14:30
ヨガ
第2・第4
りん先生

7/11

16:30~17:30
ヨガ
りん先生

16:15~17:00
ストリートダンス
(幼稚園)

17:30~18:30
ストリートダンス
(小学生)

18:30~19:30
Ballet Swaro
(ジュニア)

Ballet Swaro
16:30~17:30
(キッズ)
17:30~18:30
(ジュニア)

16:40~17:40
ヨガ
りん先生

7/8・7/22

18:45~20:45
高山
ボクシング
(育成)

18:45~20:45
高山
ボクシング
(育成)

20:00~2:00
腹筋
サーキット

20:00~20:30
HIT

19:30~20:30
HOTヨガ
空先生

19:30~20:30
enjoyダンス

20:30~21:30
ダンススポーツ

21:00~22:00
ZUMBA®

岩盤部屋
19:30~20:30
アロマヨガ

21:00~22:00
ZUMBA®



- ☆マークヨガ、HOTヨガ、アロマヨガは要予約
- 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