

CRYSTAL 7月スタジオスケジュール

今月のお休み

	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				2スタジオ										
12:30			7/9・23	7/2・16			7/3・10・17・24							
13:00			13:00~13:40 ポールストレッチ S★	13:00~13:40 カウント&シェイク S★			13:00~13:45 ZUMBA® S★			7/11・25				
13:30										13:30~14:30 美容ストレッチ S★				
14:00														
14:30														
15:00														
15:30														
16:00														
16:30							16:15~17:00 ストリートダンス C (幼稚園)							
17:00														
17:30														
18:00														
18:30														
19:00	18:45~20:45 高山 ボクシング (育成) C	7/1・15/29					7/10・24	7/3・17	19:00~21:00 エンジョイボクシング C					
19:30		19:30~20:15 腹筋&美トレ S★					19:30~20:00 S★ トランポリン	19:30~20:15 S★ バランスボール						
20:00			20:00~21:00 ZUMBA® S				20:10~20:40 S★ ハンモック			20:00~21:00 S★ アライメントヨガ C			19:30~20:30 POP dance入門 C (小学生)	
20:30		20:30~21:30 S★ ストリートダンス												
21:00		7/8・22												
21:30														

◎マークは教室
Sマークはスタジオレッスン



◆ ☆マークは要予約
◆ 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