

# CRYSTAL 4月スタジオスケジュール

	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													10:30~11:30 ヨガ S★りん先生	4/12・26
11:30														
12:00				2スタジオ										
12:30			4/8・22	4/1・15		4/2・16・30								
13:00			13:00~13:40 ボールストレッチ S★	13:00~13:40 カウト&シェイク S★		13:00~13:45 ZUMBA® S★		4/10・24						
13:30								13:30~14:30 美容ストレッチ S★						
14:00				4/1・15										
14:30				14:30~15:30 Yoga Sravani C										
15:00														
15:30														
16:00														
16:30														
17:00														
17:30														
18:00														
18:30						1スタジオ 週予定								
19:00	18:45~20:45 高山 ボクシング (育成) C	4/14・28				4/9・23				18:45~20:45 高山 ボクシング (育成) C				
19:30	20:00~20:45 腹筋&美トレ S★		4/1・8・15・22			19:30~20:00 S★サーキット		19:00~21:00 エンジョイボクシング C					19:30~20:30 POP dance入門 C(小学生)	
20:00						20:10~20:40 S★ボールストレッチ			20:00~21:00 アライメントヨガ S★					
20:30		4/7・21		20:00~21:00 ZUMBA® S										
21:00		20:00~21:00 Yoga Sravani C				4/2・16								
21:30						19:30~20:15 バランスボール S★							21:00~22:00 ZUMBA® S	



◎ 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