

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・19	
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 カウント&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								
19:30	20:00~20:45 腹筋&美トレ S★	20:00~21:00 ZUMBA® 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		18:45~20:45 高山 ボクシング (育成) C					
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★				19:30~20:30 POP dance入門 C (小学生)		
20:30		4/7・21				4/2・16								
21:00		20:00~21:00 Yoga Sravani C				19:30~20:15 バランスボール S★				21:00~22:00 ZUMBA® S★				
21:30														



◎ マークは教室

◎ 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