

CRYSTAL 5月スタジオスケジュール

今月のお休み

◇5/3(土)・4(日)・5(月)・6(火)

	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	5/10・24	
11:30														
12:00				2スタジオ										
12:30			5/13・27	5/20		5/7・21・28								
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★		5/14・28						
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														
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	5/12・26				5/14・28			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★				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 アライメントヨガ 初心者クラス S★		19:30~20:30 POP dance入門 © (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			20:00~21:00 ZUMBA® S			5/7・21								
21:00						19:30~20:15 バランスボール S★			21:00~22:00 ZUMBA® S	5/9・16・23・30				
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