CRYSTAL 6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												10:30~11:30 ヨガ Ⓢ★ りん先生	6/14・28	
11:00														
11:30														
12:00			2スタジオ											
12:30			6/10・24	6/3/17		6/4・11・25								
13:00			13:00~13:40 ポールストレッチ Ⓢ★	13:00~13:40 カウント&シェイク Ⓢ★		13:00~13:45 ZUMBA® Ⓢ		6/12・26						
13:30								13:30~14:30 美容ストレッチ Ⓢ★						
14:00														
14:30														
15:00														
15:30														
16:00														
16:30														
17:00														
17:30														
18:00		2スタジオ 週予定			1スタジオ 週予定									
18:30	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） Ⓒ					
19:00		6/2			6/11		19:00~ エンジョイボクシング Ⓒ							
19:30		19:30~20:00 Ⓢ サーキット			19:30~20:00 Ⓢ サーキット					19:30~20:30 アライメントヨガ 初心者クラス Ⓢ★		19:30~20:30 POP dance入門 Ⓒ（小学生）		
20:00		20:10~20:40 Ⓢ ポールストレッチ		20:00~21:00 ZUMBA® Ⓢ		20:10~20:40 Ⓢ ポールストレッチ		20:00~21:00 アライメントヨガ Ⓢ★						
20:30		6/9・23				6/18・25								
21:00		20:00~20:45 腹筋&美トレ Ⓢ				19:30~20:15 バランスボール Ⓢ☆			21:00~22:00 ZUMBA® Ⓢ	6/6・13・20・27				
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