CRYSTAL フ月 スタジオスケジュール

		N 3 A L / <i>)</i> 一										- - - D#3 [7]		日曜日 1スタジオ 2スタジオ	
	月四 1 フタ ミブナ	崔日 2スタジオ	<u> </u>	崔日 2スタジオ	17タジオ	崔日 2スタジオ	<u> </u>	崔日 2スタジオ	カー カ	望日 2スタジオ	<u> </u>	崔日 2スタジオ	<u> </u>	<u> </u>	
10:00	12223	2,7,5,7	12223	2,7,5,3	12223	ZX	12223	2,7,5,1	12223	2,7,5,3	12223	2,7,5,7	12223	LNJJA	
10:30												10:30~11:30		1	
11:00												ヨガ	- 7/12·26-		
												s ★ りん先生			
11:30														ı	
12:00			27/	タジオ											
12:30			7/8·22	7/1/15		7/2-9-16-30								ı	
13:00			13:00~13:40	13:00~13:40				7/3·17							
			13:00~13:40 ポールストレッチ \$	力ウント&シェイク		13:00~13:45 ZUMBA®									
13:30			③ ×	③		<u>(S)</u>		13:30~14:30						ı	
14:00								美容ストレッチ							
								S★							
14:30														ı	
15:00															
15:30														ı	
16:00															
16:30														ı	
17:00															
17:30														1	
18:00															
10:00					_1スタジオ										
18:30					週予定									ı	
19:00	18:45~20:45				7/9·23				10:45.20:45						
							19:00~21:00		18:45~20:45			10.00.00.00			
19:30	高山	7/14·28			19:30~20:00 ⑤ サーキット		117.00 21.00	1// 3' 10' 1/'/4	高山	19:30~20:30		19:30~20:30		ı	
20:00	ボクシング	20:00~20:45	20:00~21:00				Tンバライボクシング	20:00~21:00	ボクシング	アライメントヨガ初心者クラス		POP dance入門			
00:00	ハフフファ (育成)	腹筋&美トレ	20:00~21:00 ZUMBA®		20:10~20:40 ⑤ ポールストレッチ		1	20:00~21:00 アライメントヨガ	ボクシング _© (育成)	S×		© (小学生)			
20:30	© ```,	S	S)		7/16·30		©	S*						1	
21:00									21:00~22:00						
04:00					19:30~20:15				ZUMBA®						
21:30					バランスボール				S CONDA					1	
					N=/ /A				ullet			1			



⑤ マークはスタジオレッスン

© 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 60577-77-9565または予約サイトにて受け付けております

