CRYSTAL10月 スタジオスケジュール

					ا حاد		木曜日 1スタジオ 2スタジオ		金曜日 1スタジオ 2スタジオ		+#7		日曜日 1スタジオ 2スタジオ	
	月四 1フタジオ	崔日 2スタジオ	1スタジオ	崔日 2スタジオ	1スタジオ	<u> 佳口</u> <u>クスタミデオ</u>	17 <i>4</i> 577	<u> 佳口</u> <u>クス<i>な</i>ごオ</u>	カー 1スタジオ	<u> 佳口</u> <u>クスタジオ</u>	<u> </u>	崔日 2スタジオ	ロロ 17 <i>な</i> ごオ	<u> </u>
10:00	12223	2////	12773	2///	12223	崔日 2スタジオ	12223	2,7,7,7,1	12223	2,7,5,3	12223	2////	12223	2,7,7,7,7
10:30												10:30~11:30		
													10/11·25_	
11:00												一 ヨガ ⑤★ りん先生	110/11 23	
11:30												SXVル元土		
11.00														
12:00			27/	タジオ										
12:30			10/14·28	10/7・21		10/8.15.22								
40.00			12:00 12:40	12:00 12:40										
13:00			13:00~13:40 ポールストレッチ \$	13:00~ 3:40 カウント &ミュェイク		13:00~13:45 ZUMBA®		10/9·23						
13:30			小一ルストレッナ S	S		KOMRV _®		13:30~14:30						
10.00						9		13.30~14.30						
14:00								美容ストレッチ						
								$\odot \star$						
14:30														
15:00														
13.00														
15:30														
16:00														
40.00														
16:30														
17:00														
1,700														
17:30														
18:00					4 - 4 - 5 1									
18:30					_1スタジオ									
10.00					週予定									
19:00	18:45~20:45				10/0.22				10.45 20.45	10/10-17-24-31				
					10/8·22		10.00 21.00		18:45~20:45	7				
19:30	高山	10/13·27			19:30~20:00 ⑤ サーキット		119.00~21:00	10/9·16·23·30	高山	19:30~20:30		19:30~20:30		
	ボクシング				S サーキット			10 20 00	ボクミング	アライメントヨガ		POP dance入門		
20:00	/ハノノノノ / / / / / / / / / / / / / / / / /	20:00~20:45	20:00~21:00 71 IMB A ®		20:10~20:40		エンジョイボクシング	20:00~21:00 アライメントヨガ	ボクシング _© (育成)	初心者クラス		FOF ualice入] © (小学生)		
20:30	(育成)	腹筋&美トレ	ZUMBA®		20:10~20:40 ⑤ ポールストレッチ		-	アライメントヨガ	(同 队)			<u>❤ (小子土)</u>		
		S	(S)		10/1·29		©	S ★						
21:00									21:00~22:00	10/3·10·24·31				
					19:30~20:15				71110					
21:30					バランスボール				ZUMBA®					
					S ★				S					



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 6 0577-77-9565または予約サイトにて受け付けております

