

# CRYSTAL 6月スタジオスケジュール 今月のお休み ・ZUMBA 6/23(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														
11:30														
12:00				2スタジオ										
12:30			6/9・23	6/2・16		6/3・17・24								
13:00			13:00~13:40 ポールストレッチ S★	13:00~13:40 カウント&シェイク S★		13:00~13:45 ZUMBA® S		6/11・25						
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					6/10・24				18:45~20:45 高山 ボクシング (育成) C				
19:30		6/8・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		19:30~20:30 アライメントヨガ 初心者クラス S★			6/5・12・19・26	
20:00		20:00~20:45 腹筋&美トレ S		20:00~21:00 ZUMBA® S		20:10~20:40 Sポールストレッチ		20:00~21:00 アライメントヨガ S★						
20:30						5/3・17		6/4・11・18・25						
21:00						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    S 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