

CLASS SCHEDULE

2 FEBRUARY.



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
10:30~11:30 BODYJAM™60 ERI	11:00~11:30 からだほぐし YAYOI	9:45~10:45 筋膜リリース&ストレッチ HARUKA	10:00~10:45 ヨガ&ストレッチ KIYO	10:30~11:00 かんたんエアロ YAYOI	14:15~14:45 BODYCOMBAT™30 KYOHEI
	11:45~12:15 パワーアップヨガ YAYOI	11:15~12:00 Group Groove®45 YUKO	11:00~12:00 Group Centergy®60 SHOKO	11:15~12:00 ストレッチポール YUKO	15:00~15:30 BODYJAM™30 KYOHEI
	14:00~15:00 BODYJAM™60 YUKO	13:00~13:30 BODYCOMBAT™30 YAYOI	13:00~13:30 からだケア YAYOI	12:15~13:00 LES MILLS DANCE™ YUKO	17:45~18:30 Group Groove®45 YUKO
	15:15~16:00 ストレッチポール YUKO	13:45~14:15 からだリセット YAYOI	13:45~12:15 楽しくエアロ YAYOI	13:15~13:45 からだほぐし YAYOI	18:45~19:30 LES MILLS DANCE™ YUKO
	21:15~22:15 Group Centergy®60	20:15~20:45 BODYCOMBAT™30 KYOHEI		14:00~14:30 BODYCOMBAT™30 YAYOI	
		21:00~21:30 BODYJAM™30 KYOHEI		20:15~21:15 BODYCOMBAT™60 KYOHEI	
				21:30~22:30 BODYJAM™60 ERI	