



5月日曜担当

5/5

9:25(15分)
おはようストレッチ
ジムスタッフ

10:00(45分)
エアロ初級
大川



14:20(45分)
UBOUND
羽生

15:30(60分)
やさしいバレエ
大屋

17:00(45分)
ダンスミックス
大屋

第2
スタジオ

11
..30
~
リン
パヨガ
12
..15

大川

13
..00
~
マット
ピラ
ティス
14
..00

大川

16
..30
~
お腹
シェイ
プ
16
..50

羽生

5/12

9:25(15分)
おはようストレッチ
ジムスタッフ

10:00(45分)
エアロ初級
前田

13:15(60分)
エアロ中級
白石

14:30(45分)
UBOUND
徳満

15:30(45分)
マットピラティス
新屋敷

17:00(60分)
ファイドウ
新屋敷

第2
スタジオ

11
..30
~
リフ
レッシ
ュヨガ
12
..15

前田

13
..00
~
キレ
イに
なる
ヨガ
14
..00

前田

16
..30
~
お腹
シェイ
プ
16
..50

東
声
谷

5/19

9:25(15分)
おはようストレッチ
ジムスタッフ

10:00(45分)
エアロ初級
大川



14:30(30分)
マッスルシェイプ
眞方

15:30(45分)
ダンス初級
中原(マ)

17:00(60分)
エンジョイダンス
中原(マ)

第2
スタジオ

11
..30
~
リン
パヨガ
12
..15

大川

13
..00
~
リカ
バリ
ーヨ
ガ
14
..00

大川

16
..30
~
ジ
ム
ス
テ
ィ
ツ
ク
16
..50

眞
方

5/26

9:25(15分)
おはようストレッチ
ジムスタッフ

10:00(45分)
エアロ初級
前田



14:20(45分)
ダンスミックス
中原(珠)

15:30(45分)
マットピラティス
新屋敷

17:00(60分)
ファイドウ
新屋敷

第2
スタジオ

11
..30
~
リフ
レッシ
ュヨガ
12
..15

前田

13
..00
~
キレ
イに
なる
ヨガ
14
..00

前田

16
..30
~
お腹
シェイ
プ
16
..50

眞
方



5月金曜担当



5/3	18:50~	ZUMBA60	織田
5/10	19:10~	UBOUND30	羽生
5/17	18:50~	ZUMBA60	織田
5/24	19:10~	UBOUND30	徳満
5/31	19:10~	UBOUND30	羽生