



6月日曜担当

多目的ルーム(毎週)

10:55(20分)
TRXトライアル
ジムスタッフ

6/2

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

第2
スタジオ

11
..
30
..
リン
..
パ
..
ヨ
..
ガ
15

大川

13
..
00
..
リ
..
カ
..
バ
..
リ
..
ー
..
ヨ
..
ガ
00

大川ガ

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

ジム
..
30
..
ス
..
テ
..
ィ
..
ッ
..
ク
..
50

眞方



6/9

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

第2
スタジオ

11
..
30
..
リ
..
フ
..
レ
..
ッ
..
シ
..
ュ
..
ユ
..
ガ
15

前田

13
..
00
..
キ
..
レ
..
ィ
..
ニ
..
ナ
..
ル
..
ヨ
..
ガ
00

前田

13:15(60分)
エアロ初級
白石

14:30(45分)
UBOUND
徳満

15:30(45分)
マッスルシェイプ
坂上



お
..
腹
..
シ
..
ェ
..
ィ
..
フ
..
50

眞方

6/16

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

第2
スタジオ

11
..
30
..
リン
..
パ
..
ヨ
..
ガ
15

大川

13
..
00
..
リ
..
カ
..
バ
..
リ
..
ー
..
ヨ
..
ガ
00

大川ガ



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

お
..
腹
..
シ
..
ェ
..
ィ
..
フ
..
50

東
..
声
..
谷

6/23

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

第2
スタジオ

11
..
30
..
リ
..
フ
..
レ
..
ッ
..
シ
..
ュ
..
ユ
..
ガ
15

前田

13
..
00
..
キ
..
レ
..
ィ
..
ニ
..
ナ
..
ル
..
ヨ
..
ガ
00

前田

14:20(45分)
やさしいバレエ
大屋

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)

お
..
腹
..
シ
..
ェ
..
ィ
..
フ
..
50

羽生



6/30

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

第2
スタジオ

11
..
30
..
リン
..
パ
..
ヨ
..
ガ
15

大川

13
..
00
..
リ
..
カ
..
バ
..
リ
..
ー
..
ヨ
..
ガ
00

大川ガ

14:20(45分)
UBOUND
羽生

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

お
..
腹
..
シ
..
ェ
..
ィ
..
フ
..
50

羽生

