

7月タイムスケジュール

086-460-1077

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
10	10:15-10:25 暗闇フィットネス 渡邊 10:35-10:45 暗闇フィットネス 渡邊	10:15-10:45 ストレッチポール 渡邊 11:00-11:20 リラクヨガ 渡邊	10:15-10:25 暗闇フィットネス 渡邊 10:35-10:45 暗闇フィットネス 渡邊	10:15-10:25 暗闇フィットネス 渡邊 10:35-10:45 暗闇フィットネス 渡邊	10:15-10:35 リラクヨガ 渡邊 10:50-11:20 ストレッチポール 渡邊	10:15-10:25 暗闇フィットネス 渡邊 10:35-10:45 暗闇フィットネス 渡邊
11	11:00-12:00 アロマヨガ&リラクゼーション 福神	11:35-11:45 暗闇フィットネス 福神 11:55-12:05 暗闇フィットネス 福神	11:00-11:45 ボディバランス 福神	11:00-11:45 ストレッチポール 渡邊	11:35-11:45 暗闇フィットネス 渡邊 11:55-12:05 暗闇フィットネス 渡邊	10:15-11:15 アロマヨガ&リラクゼーション 福神
12	12:15-12:25 暗闇フィットネス 渡邊 12:35-12:45 暗闇フィットネス 渡邊	12:20-12:50 ストレッチヨガ 福神	12:00-12:10 暗闇フィットネス 福神 12:20-12:30 暗闇フィットネス 福神	12:00-12:45 ボディバランス 福神		
15		15:15-15:25 暗闇フィットネス 渡邊 15:35-15:45 暗闇フィットネス 渡邊	15:15-16:00 ストレッチポール 渡邊	15:15-16:00 ボディバランス 福神	15:15-15:25 暗闇フィットネス 福神 15:35-15:45 暗闇フィットネス 福神	※定員制のプログラムです レッスン時間までにご入場 ください(各10名定員) ※都合により、プログラムを 変更する場合がございます
19		19:00-19:45 ボディバランス 福神	19:00-19:10 暗闇フィットネス 渡邊 19:20-19:30 暗闇フィットネス 渡邊	19:00-19:45 夜ヨガ 福神	19:00-19:10 暗闇フィットネス 渡邊 19:20-19:30 暗闇フィットネス 渡邊	お願い スタジオに入られる方は <u>来られたときに整理券を</u> <u>各自でお持ちください。</u>