

4月 スタッフレッスン担当表

月	開始 終了	定員	1	8	15	22	29
HIIT	11:15 ~ 11:30	20	野原	小島	清水	小島	祝夕
らくトレ	16:00 ~ 16:15 16:25 ~ 16:40	20	磯	小島	磯	小島	祝夕
火	開始 終了	定員	2	9	16	23	30
ストレッチ	11:10 ~ 11:40	43	清水	清水	清水	清水	清水
水	開始 終了	定員	3	10	17	24	
コアリラックス	10:20 ~ 10:35	20	宮崎	清水	清水	篠原	
木	開始 終了	定員	4	11	18	25	
BODYBALANCE	12:25 ~ 13:10	26	野原	野原	野原	篠原	
UBOUND	13:30 ~ 14:00	15	野原	篠原	野原	森口	
らくトレ	15:25 ~ 15:40 15:50 ~ 16:05	20	野原	清水	野原	清水	
HIIT	19:00 ~ 19:15	20	野原	野原	野原	目黒	
土	開始 終了	定員	6	13	20	27	
BODYBALANCE	12:25 ~ 13:10	43	篠原	篠原	野原	篠原	
UBOUND	13:30 ~ 14:00	15	森口	森口	篠原	森口	
日	開始 終了	定員	7	14	21	28	
BODYCOMBAT	12:30 ~ 13:00	40	目黒	野原	目黒	野原	

※担当者は予告なく変更する場合があります。ご了承ください。