

	月 MON			火 TUE			水 THU			金 FRI			土 SAT			日 SUN		
	Hikariスタジオ	Onスタジオ	Waスタジオ	Hikariスタジオ	Onスタジオ	Waスタジオ	Hikariスタジオ	Onスタジオ	Waスタジオ	Hikariスタジオ	Onスタジオ	Waスタジオ	Hikariスタジオ	Onスタジオ	Waスタジオ	Hikariスタジオ	Onスタジオ	Waスタジオ
10:00																		
10:30			ラジオ体操 10:30~10:35						ラジオ体操 10:30~10:35									
11:00	ベーシックエアロ 10:30~11:00 KAYO			【女性限定】 ヨガ 10:30~11:15 みきこ	ホット ダイナミックヨガ 10:30~11:15 大星 朋米				ラジオ体操 10:30~10:35							太極拳スクール 10:15~11:15 矢部 悦子		
11:30		ホットリラックスヨガ 10:45~11:30 菅 明美	ライフアップスクール 10:45~11:30 近藤 史也														ホット ベーシックヨガ 10:45~11:30 成田 瑞穂	
12:00	ZUMBA® 11:15~12:00 KAYO																	
12:30																		
13:00																		
13:30																		
14:00																		
14:30																		
15:00																		
15:30																		
16:00																		
16:30																		
17:00																		
17:30																		
18:00																		
18:30																		
19:00																		
19:30																		
20:00																		
20:30																		
21:00																		
21:30																		
22:00																		
22:30																		
23:00																		

レッスン代行情報

こちらの二次元コードを読み込み
ご確認ください。

