

月		火		水		金		土		日	
FITSTUDIO	B I K E	FITSTUDIO	B I K E	FITSTUDIO	B I K E	FITSTUDIO	B I K E	FITSTUDIO	B I K E	FITSTUDIO	B I K E
9:45~10:15 コラーゲンcell			9:45~10:15 P1	9:45~10:15 シェイプJJIYU			9:45~10:15 P1	9:15~9:45 コラーゲンcell			9:15~9:45 P1
	10:30~11:00 P1	10:30~11:00 YOGA			10:30~11:15 P2	10:30~11:00 BODYMAKE チューブ			10:00~10:45 P2	10:00~10:30 シェイプJJIYU	
11:15~11:45 シェイプJJIYU			11:15~11:45 P1	11:30~12:00 ピラティス			11:15~11:45 P1	11:00~11:30 グループヒップ			10:45~11:30 P2
	12:15~13:00 P2	12:00~12:30 シェイプJJIYU			12:15~12:45 P1	12:00~12:30 コラーゲンcell			11:45~12:15 P1	11:45~12:15 コラーゲンcell	
13:15~13:45 リズムスロー			12:45~13:15 P1	13:00~13:30 リカバリー ストレッチ			12:45~13:30 P2	12:30~13:00 ピラティス			12:30~13:00 P1
								13:15~14:00 P2	13:15~13:45 BODYMAKE チューブ		
18:00~18:30 ピラティス			18:00~18:30 P1	18:00~18:30 リズムコア			18:00~18:45 P2	14:15~14:45 リカバリー ストレッチ			14:00~14:30 P1
	18:45~19:15 P1	18:45~19:15 BODYMAKE チューブ			18:45~19:30 P2	19:00~19:30 リズムスロー			15:00~15:30 P1	14:45~15:15 YOGA	
19:30~20:00 シェイプJJIYU			19:30~20:15 P2	19:45~20:15 コラーゲンcell			19:45~20:15 P1				
	20:15~21:00 P2	20:30~21:00 リカバリー ストレッチ			20:30~21:00 P1	20:30~21:00 BODYMAKE チューブ					
CLOSE 21:30		CLOSE 21:30		CLOSE 21:30		CLOSE 21:30		CLOSE 17:00		CLOSE 17:00	