

5月 GW期間スケジュール

	3日 (土)	4日 (日)	5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)	8日 (木)	
10:00							10:00
	ナックルバースト	ナックルバースト		YOGA 筋トレ ペーショク エアロ	ピラティス	ヨガde 骨盤調整	
11:00	10:20~ (70) M	10:20~ (70) M	ナックルバースト 10:30~ (70) AKO	10:30~ (60) H	10:30~ (60) KYO	10:30~ (60) AYA	11:00
12:00	Burn-out キックボクシング 11:45~ (70) AKO	DダンPビ Dance&Passion 11:45~ (60) AKO	Ade入 yoga 12:00~ (60) M	ナックルバースト 11:45~ (70) M	Slim Body キックボクシング 11:45~ (70) S	ALL シェイプ MAKE UP ABS 11:45~ (70) AKO	12:00
13:00		ALL シェイプ MAKE UP ABS 13:00~ (70) S	ALL シェイプ MAKE UP ABS 13:10~ (70) M	Slim Body キックボクシング 13:05~ (70) S		ナックルバースト 13:10~ (70) M	13:00
14:00	ナックルバースト 13:10~ (70) S				13:10~ (60) M		14:00
15:00	一緒に 筋トレ 14:40~ (60) S	YOGA 筋トレ ペーショク エアロ 14:30~ (60) H	ナックルバースト 14:35~ (70) S	一緒に 筋トレ 14:30~ (60) S			15:00
16:00					休館日		16:00
17:00			← オンライン中継				17:00
18:00							18:00
19:00					一緒に 筋トレ 18:50~ (60) M	ALL シェイプ キックボクシング 18:50~ (70) AKO	19:00
20:00					DダンPビ Dance&Passion 20:00~ (60) AKO	ALL シェイプ MAKE UP ABS 20:00~ (70) S	20:00
21:00					ナックルバースト	ナックルバースト	21:00
22:00					21:10~ (70) S	21:15~ (70) M	22:00