

3月

ビギナースタジオスケジュール

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
24	25	26	27	28	01	02
					11:20~11:50 WOW!HIP 16:50~17:20 BODYBALANCE	10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW!CORE 12:45~13:30 BODYATTACK スキルアップ講座 16:15~17:00 BODYBALANCE
03	04	05	06	07	08	09
10:30~13:40 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 14:00~14:30 WOW!HIP 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	12:25~12:55 WOW!HIP 13:20~14:35 大人の休日倶楽部 趣味の会講座	10:00~11:30 メディカルスクール 12:00~12:30 WOW!HIP 12:45~13:15 WOW!CORE 13:45~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW!HIP	11:00~12:30 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 13:30~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW!HIP	休館日	11:20~11:50 WOW!HIP 16:50~17:20 BODYBALANCE	10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW!CORE 12:45~13:30 BODYATTACK スキルアップ講座 16:15~17:00 BODYBALANCE
10	11	12	13	14	15	16
14:00~14:30 WOW!HIP 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	10:30~12:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 12:25~12:55 WOW!HIP 13:20~14:35 大人の休日倶楽部 趣味の会講座	10:00~11:30 メディカルスクール 12:00~12:30 WOW!HIP 12:45~13:15 WOW!CORE 15:20~15:50 WOW!HIP	11:00~12:30 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 13:45~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW!HIP	休館日	11:20~11:50 WOW!HIP 16:50~17:20 BODYBALANCE	10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW!CORE 12:45~13:30 BODYATTACK スキルアップ講座 16:15~17:00 BODYBALANCE
17	18	19	20	21	22	23
14:00~14:30 WOW!HIP 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	12:25~12:55 WOW!HIP 13:20~14:35 大人の休日倶楽部 趣味の会講座	10:00~11:30 メディカルスクール 12:00~12:30 WOW!HIP 12:45~13:15 WOW!CORE 13:45~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW!HIP	10:30~11:30 YOGAセミナー 12:00~12:45 WOW!HIP 14:00~14:30 BODYCOMBAT30	休館日	11:20~11:50 WOW!HIP 16:50~17:20 BODYBALANCE	10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW!CORE 12:45~13:30 BODYATTACK スキルアップ講座 16:15~17:00 BODYBALANCE
24	25	26	27	28	29	30
10:30~13:40 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 14:00~14:30 WOW!HIP 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	10:30~12:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 12:25~12:55 WOW!HIP 13:20~14:35 大人の休日倶楽部 趣味の会講座	10:00~11:30 メディカルスクール 12:00~12:30 WOW!HIP 12:45~13:15 WOW!CORE 15:20~15:50 WOW!HIP	11:00~12:30 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 13:45~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW!HIP	休館日	11:20~11:50 WOW!HIP 16:50~17:20 BODYBALANCE	11:50~12:20 WOW!CORE 12:45~13:30 BODYATTACK スキルアップ講座 16:15~17:00 BODYBALANCE
31	01	02	03	04	05	06
14:00~14:30 WOW!HIP 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ						

上記時間のスクールおよび講座の15分前までスタジオご利用いただけます。
開始15分前になりましたらご退出いただけますようお願いいたします。
※30分前より椅子出し等の準備する講座もございますので予めご了承ください。