

7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
30	01 12:25~12:55 WOW! HIP 13:20~14:35 大人の休日倶楽部 趣味の会講座	02 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	03 13:30~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW! HIP	04 休館日	05 11:20~11:50 WOW! HIP	06 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW! CORE 16:15~17:00 BODYBALANCE
07 14:00~14:30 BODYCOMBAT 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	08 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	09 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 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	11 休館日	12 11:20~11:50 WOW! HIP	13 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:35 WOW! CORE 16:15~17:00 BODYBALANCE
14 10:30~13:40 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 14:00~14:30 BODYCOMBAT 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	15 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	16 10:00~11:30 メディカルスクール 12:40~13:25 WOW! HIP 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	17 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	18 休館日	19 11:20~11:50 WOW! HIP 15:00~16:00 BODYBALANCE	20 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW! CORE 16:15~17:00 BODYBALANCE
21 12:55~13:40 WOW! HIP 14:00~14:30 WOW! CORE	22 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	23 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	24 13:45~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW! HIP	25 休館日	26 11:20~11:50 WOW! HIP	27 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW! CORE 16:15~17:00 BODYBALANCE
28 10:30~13:40 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 14:00~14:30 BODYCOMBAT 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	29 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	30 12:00~12:30 WOW! HIP 12:45~13:15 WOW! CORE 15:20~15:50 WOW! HIP	31 11:00~12:30 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW! HIP	01	02	03

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。