

8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
28	29	30	31	01 休館日	02 11:20~11:50 WOW!HIP	03 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW!CORE 16:15~17:00 BODYBALANCE
04 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	05 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	06 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	07 11:00~12:30 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW!HIP	08 休館日	09 11:20~11:50 WOW!HIP	10 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:35 WOW!CORE 16:15~17:00 BODYBALANCE
11 14:00~14:30 BODYCOMBAT 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	12 12:25~12:55 WOW!HIP	13 10:00~11:30 メディカルスクール 12:40~13:25 WOW!HIP WOW!CORE 15:20~15:50 WOW!HIP	14 15:20~15:50 WOW!HIP	15 休館日	16 11:20~11:50 WOW!HIP	17 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW!CORE 16:15~17:00 BODYBALANCE
18 14:00~14:30 BODYCOMBAT 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	19 12:25~12:55 WOW!HIP	20 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	21 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	22 休館日	23 11:20~11:50 WOW!HIP	24 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW!CORE 16:15~17:00 BODYBALANCE
25 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	26 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	27 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	28 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	29 休館日	30 11:20~11:50 WOW!HIP	31 11:50~12:20 WOW!CORE 16:15~17:00 BODYBALANCE

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。