

12月週替わりレッスン一覧

日程		レッスン時間	レッスン名	担当インストラクター
水曜日				
12/4	(水)	19:00～19:30	LESMILLS CORE	HIRO
		19:50～20:50	BODY FUNCTIONAL	久高
12/11	(水)	19:00～19:30	ファンクショナルストレッチ	久高
		19:50～20:50	BODY FUNCTIONAL	久高
12/18	(水)	19:00～19:30	LESMILLS CORE	HIRO
		19:50～20:50	BODY FUNCTIONAL	久高
12/25	(水)	19:00～19:30	ファンクショナルストレッチ	久高
		19:50～20:50	BODY FUNCTIONAL	久高
木曜日				
12/5	(木)	20:30～21:30	BODYATTACK60	三橋
12/12	(木)			三橋
12/19	(木)			塚越
12/26	(木)			塚越
金曜日				
12/6	(金)	20:50～21:50	BODYJAM60	RIKI
12/13	(金)	20:50～21:50		SACHIE
12/20	(金)	20:50～21:50		調整中
12/27	(金)	20:50～21:50		SACHIE