

1月週替わりレッスナー覧

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				
1/8	(水)	19:00～19:30	LESMILLS CORE	HIRO
		19:50～20:50	BODY FUNCTIONAL	久高
1/15	(水)	スタッフ不在日の為レッスンなし		
1/22	(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
1/29	(水)	19:00～19:30	LESMILLS CORE	HIRO
		19:50～20:50	BODY FUNCTIONAL	久高
木曜日				
1/9	(木)	20:30～21:30	BODYATTACK60	塚越
1/16	(木)			三條
1/23	(木)			塚越
1/30	(木)			三橋
金曜日				
1/10	(金)	20:50～21:50	BODYJAM60	SACHIE
1/17	(金)		BODYCOMBAT60	三橋
1/24	(金)		BODYJAM60	SACHIE
1/31	(金)		BODYJAM60	RIKI