

10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				
10/1	(水)	19:00～19:30	ファンクショナルストレッチ	久高
10/8	(水)		LesMills Core30	HIRO
10/15	(水)		ノースタッフデイ	
10/22	(水)		LesMills Core30	HIRO
10/29	(水)		ファンクショナルストレッチ	久高
木曜日				
10/2	(木)	20:30～21:30	BODYCOMBAT60	三橋
10/9	(木)		BODYATTACK60	塚越
10/16	(木)			三橋
10/23	(木)			塚越
10/30	(木)			三橋
金曜日				
10/3	(金)	20:50～21:50	BODYATTACK60	原田悠茉
10/10	(金)		BODYJAM	SACHIE
10/17	(金)		BODYJAM	SACHIE
10/24	(金)		BODYJAM	安孫子
10/31	(金)		BODYJAM	RIKI