

# 6月・週変わり・レッスン変更等・タイムテーブル

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
5月28日	5月29日	5月30日	5月31日	6月1日	6月2日	6月3日
			20:00~20:45 <b>ボディバランス45</b> 伊藤隆人 21:00~21:30 <b>ボディジャム30</b> 浅井玲 21:45~22:15 <b>GRIT(ストレッチ)</b> 浅井玲		<b>休館日</b>	14:00~14:30 <b>GRIT(ストレッチ)</b> 伊藤隆人
6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日	6月9日	6月10日
11:30~12:00 <b>ボディコンバット30</b> 廣橋恵理 12:15~12:45 <b>ボディアタック30</b> 廣橋恵理		21:15~22:15 <b>ボディコンバット</b> 廣橋・伊藤	20:00~20:45 <b>ピラティス</b> 伊藤隆人		18:15~18:45 <b>GRIT(ストレッチ)</b> 浅井玲 19:00~19:45 <b>ボディパンプ45</b> 川畑美貴 20:00~21:00 <b>ボディアタック</b> 川畑美貴	11:45~12:30 <b>ボディステップ45</b> 角田貴久 14:00~14:30 <b>GRIT(カーディオ)</b> 伊藤隆人
6月11日	6月12日	6月13日	6月14日	6月15日	6月16日	6月17日
11:30~12:00 <b>ボディコンバット30</b> 伊藤隆人 12:15~12:45 <b>ボディステップ30</b> 伊藤隆人		20:00~21:00 <b>ボディコンバット</b> 丸橋冬弥 21:15~22:15 <b>ボディアタック</b> 丸橋冬弥	20:00~20:45 <b>ボディバランス45</b> 伊藤隆人		18:15~18:45 <b>GRIT(カーディオ)</b> 浅井玲 19:00~19:45 <b>ボディパンプ45</b> 川畑美貴 20:00~21:00 <b>ボディアタック</b> 川畑美貴	14:00~14:30 <b>GRIT(ストレッチ)</b> 伊藤隆人  特別レッスン 16:30~17:30 <b>ボディジャム</b> 麻美 & Misaki
6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日	6月24日
11:30~12:00 <b>ボディコンバット30</b> 廣橋恵理 12:15~12:45 <b>ボディアタック30</b> 廣橋恵理		21:15~21:45 <b>GRIT(カーディオ)</b> 伊藤隆人 22:00~22:30 <b>ボディアタック30</b> 角田貴久	20:00~20:45 <b>ピラティス</b> 伊藤隆人		18:15~18:45 <b>GRIT(プライオ)</b> 浅井玲 19:00~19:45 <b>ボディパンプ45</b> 廣橋恵理 20:00~21:00 <b>ボディアタック</b> 廣橋恵理	14:00~14:30 <b>コアトレ</b> 伊藤隆人
6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日	7月1日
11:30~12:00 <b>GRIT(ストレッチ)</b> 伊藤隆人 12:15~12:45 <b>ボディステップ30</b> 伊藤隆人	21:00~22:00 <b>ボディコンバット</b> 角田・伊藤	21:15~22:15 <b>ボディアタック</b> 角田貴久	20:00~20:45 <b>ボディバランス45</b> 伊藤隆人 21:00~21:30 <b>ボディジャム30</b> 浅井玲 21:45~22:15 <b>GRIT(ストレッチ)</b> 浅井玲		18:15~18:45 <b>GRIT(ストレッチ)</b> 浅井玲 19:00~20:00 <b>ボディアタック</b> 丸橋冬弥 20:15~21:15 <b>ボディコンバット</b> 丸橋冬弥	