

9月度 土曜日・日曜日 レッスンスケジュール

曜 日	時 間	レッスン名	インストラクター
9月6日 土曜日	10：45～ 11：30	コンディショニング	Hiro
	13：45～ 14：15	Group Core	Hiro
	14：30～ 15：15	RITMOS	KEN
	15：30～ 16：15	ZUMBA	KEN
	16：30～ 17：30	Group Fight	Papa
9月7日 日曜日	休 館 日		
9月13日 土曜日	10：45～ 11：30	リラックスコンディショニング	Papa
	13：45～ 14：15	Group Core	Papa
	14：30～ 15：15	Group Power	Mac
	15：30～ 16：15	Group Centergy	Mac
	16：30～ 17：30	Group Fight	Papa
9月14日 日曜日	14：00～ 15：00	Group Blast	Mac
	15：30～ 16：30	Group Centergy	Mac
9月15日 月曜日 (敬老の日)	14：00～ 14：30	3D30	Hiro
	15：00～ 16：00	Group Power	Hiro
	16：30～ 17：30	Group Fight	Hiro
9月20日 土曜日	10：45～ 11：30	コンディショニング	Hiro
	13：45～ 14：15	Group Core	Papa
	14：30～ 15：15	リラックスコンディショニング	Papa
	15：30～ 16：15	Group Fight	Hiro
	16：30～ 17：30	Group Blast	Hiro
9月21日 日曜日	エアロイベント with 魚原 大 タイムスケジュールは館内掲示をご確認ください		
9月23日 火曜日 (秋分の日)	14：00～ 14：30	Group Core	Hiro
	15：00～ 16：00	Group Power	Hiro
	16：30～ 17：30	Group Centergy	Mac
9月27日 土曜日	10：45～ 11：30	リラックスコンディショニング	Papa
	13：30～ 14：15	Group Power	Mac
	14：30～ 15：15	RITMOS	KEN
	15：30～ 16：15	ZUMBA	KEN
	16：30～ 17：30	Group Fight	Papa
9月28日 日曜日	14：00～ 15：00	RITMOS	曽我部
	15：30～ 16：30	ZUMBA	曽我部

※レッスン内容・担当インストラクターは変更する場合があります