

2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
2月1日 日曜日	14:00~ 15:00	<i>Group Fight</i>	Papa
	15:30~ 16:30	リラックスコンディショニング	Papa
2月7日 土曜日	10:45~ 11:30	コンディショニング	Hiro
	13:30~ 14:15	<i>Group Fight</i>	Hiro
	14:30~ 15:15	<i>RITMOS</i>	曾我部
	15:30~ 16:15	<i>ZUMBA</i>	曾我部
	16:30~ 17:30	<i>Group Blast</i>	Hiro
2月8日 日曜日	休館日		
2月11日 水曜日 (建国記念の日)	14:00~ 14:45	<i>Group Power</i>	Mac
	15:00~ 16:00	<i>Group Blast</i>	Mac
	16:30~ 17:30	<i>Group Fight</i>	Papa
2月14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	<i>Group Centergy</i>	Mac
	14:30~ 15:15	<i>RITMOS</i>	KEN
	15:30~ 16:15	<i>ZUMBA</i>	KEN
	16:30~ 17:30	<i>Group Fight</i>	Papa
2月15日 日曜日	14:00~ 15:00	<i>Group Power</i>	Mac
	15:30~ 16:30	<i>Group Centergy</i>	Mac
2月21日 土曜日	10:45~ 11:30	コンディショニング	Hiro
	13:45~ 14:15	<i>Group Core</i>	Papa
	14:30~ 15:15	<i>RITMOS</i>	KEN
	15:30~ 16:15	<i>ZUMBA</i>	KEN
	16:30~ 17:30	<i>Group Blast</i>	Hiro
2月22日 日曜日	休館日		
2月23日 月曜日 (天皇誕生日)	14:00~ 14:45	<i>Group Power</i>	Hiro
	15:00~ 16:00	<i>Group Fight</i>	Hiro
	16:30~ 17:30	リラックスコンディショニング	Papa
2月28日 土曜日	MOSSA JAN' 26 リリースイベント タイムスケジュールは館内掲示をご確認ください		

※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。