

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	Group Fight	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	Group Fight	Hiro
	14:30~ 15:15	RITMOS	曽我部
	15:30~ 16:15	ZUMBA	曽我部
	16:30~ 17:30	Group Blast	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	Group Power	Mac
	15:00~ 16:00	Group Blast	Mac
	16:30~ 17:30	Group Fight	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	Group Centergy	Mac
	14:30~ 15:15	RITMOS	KEN
	15:30~ 16:15	ZUMBA	KEN
	16:30~ 17:30	Group Fight	Papa
2月15日 日曜日	14:00~ 15:00	Group Power	Mac
	15:30~ 16:30	Group Centergy	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	Group Core	Papa
	14:30~ 15:15	RITMOS	KEN
	15:30~ 16:15	ZUMBA	KEN
	16:30~ 17:30	Group Blast	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	Group Power	Hiro
	15:00~ 16:00	Group Fight	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。