

3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
3月1日 日曜日	休 館 日		
3月7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	RITMOS	KEN
	15:30~ 16:15	ZUMBA	KEN
	16:30~ 17:30	Group Centergy	Mac
3月8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
3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 Blast	Mac
	14:30~ 15:15	RITMOS	KEN
	15:30~ 16:15	ZUMBA	KEN
	16:30~ 17:30	Group Fight	Papa
3月15日 日曜日	14:00~ 15:00	Group Power	Mac
	15:30~ 16:30	Group Centergy	Mac
3月20日 金曜日 (春分の日)	14:00~ 14:30	Group Core	Papa
	15:00~ 16:00	Group Blast	Mac
	16:30~ 17:30	Group Fight	Papa
3月21日 土曜日	10:45~ 11:30	コンディショニング	Hiro
	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	Hiro
3月22日 日曜日	14:00~ 15:00	Group Blast	Mac
	15:30~ 16:30	Group Centergy	Mac
3月28日 土曜日	10:45~ 11:30	コンディショニング	Hiro
	13:45~ 14:15	3D30	Hiro
	14:30~ 15:15	RITMOS	曾我部
	15:30~ 16:15	ZUMBA	曾我部
	16:30~ 17:30	Group Blast	Hiro
3月29日 日曜日	14:00~ 15:00	Group Blast	Hiro
	15:30~ 16:30	Group Fight	Hiro

※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。