8月　外部プログラム　スケジュール

月曜日	参加	火曜日	参加	水曜日	参加	（休館日）	金曜日	参加	土曜日	参加	日曜日	参加
							1		2		3	
							11:00 体幹ストレッチ 中島先生					
							14:00 ZUMBA 榎先生		19:00 ZUMBA 小網先生			
4		5		6		7	8		9		10	
13:00 フローヨガ 黒木先生		14:00 ピラティス 芳井先生		11:00 ピラティス 起田先生			11:00 体幹ストレッチ 中島先生				14:00 ZUMBA ミッチェル先生	
		19:00 サーキット 大野先生		19:00 ZUMBA ミッチェル先生			14:00 ZUMBA 榎先生		19:00 ZUMBA 小網先生			
11		12		13		14	15		16		17	
13:00 骨盤調整ヨガ 黒木先生		14:00 ピラティス 芳井先生		11:00 ピラティス 起田先生	休講		11:00 体幹ストレッチ 中島先生					
19:00 ZUMBA ミッチェル先生	休講	19:00 サーキット 大野先生		19:00 ZUMBA ミッチェル先生	休講		14:00 ZUMBA 榎先生		19:00 ZUMBA 小網先生	休講		
18		19		20		21	22		23		24	
13:00 フローヨガ 黒木先生		14:00 ピラティス 芳井先生		11:00 ピラティス 起田先生			11:00 体幹ストレッチ 中島先生				14:00 ZUMBA ミッチェル先生	
		19:00 サーキット 大野先生		19:00 ZUMBA ミッチェル先生			14:00 ZUMBA 榎先生		19:00 ZUMBA 小網先生			
25		26		27		28	29		30		31	
13:00 骨盤調整ヨガ 黒木先生		14:00 ピラティス 芳井先生	休講	11:00 ピラティス 起田先生			11:00 体幹ストレッチ 中島先生					
19:00 ZUMBA ミッチェル先生		19:00 サーキット 大野先生		19:00 ZUMBA ミッチェル先生			14:00 ZUMBA 榎先生		19:00 ZUMBA 小網先生			

・月会員の方は月10回までプログラムに無料参加できます。

・キャンセルは予約したプログラム日の前営業日22:00までにご連絡ください。以降のキャンセルは500円のキャンセル料が発生します。（月会員は１回分消費）

・キャンセル待ちはありませんのでホームページをご確認ください。（空き状況が確認できます。）