

5月

ビギナースタジオスケジュール

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
28	29	30	01 15:20~15:50 WOW! HIP	02 休館日	03 11:20~11:50 WOW! HIP	04 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW! CORE 16:15~17:00 BODYBAIANCE
05 14:00~14:30 BODYCOMBAT 16:00~16:45 筋膜リリースヨガ	06 12:25~12:55 WOW! HIP 15:00~15:45 ピラティス	07 10:00~11:30 メディカルスクール 12:00~12:30 WOW! HIP 12:45~13:15 WOW! CORE 13:45~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW! HIP	08 11:00~12:30 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 13:30~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW! HIP	09 休館日	10 11:20~11:50 WOW! HIP	11 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW! CORE 16:15~17:00 BODYBAIANCE
12 10:30~13:40 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 14:00~14:30 BODYCOMBAT 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	13 10:30~12:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 12:25~12:55 WOW! HIP 13:20~14:35 大人の休日倶楽部 趣味の会講座	14 10:00~11:30 メディカルスクール 12:00~12:30 WOW! HIP 12:45~13:15 WOW! CORE 15:20~15:50 WOW! HIP	15 13:45~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW! HIP	16 休館日	17 11:20~11:50 WOW! HIP	18 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW! CORE 16:15~17:00 BODYBAIANCE
19 14:00~14:30 BODYCOMBAT 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	20 12:25~12:55 WOW! HIP 13:20~14:35 大人の休日倶楽部 趣味の会講座	21 10:00~11:30 メディカルスクール 12:00~12:30 WOW! HIP 12:45~13:15 WOW! CORE 13:45~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW! HIP	22 11:00~12:30 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 13:30~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW! HIP	23 休館日	24 11:20~11:50 WOW! HIP	25 10:00~11:30 メディカルスクール 11:50~12:20 WOW! CORE 16:15~17:00 BODYBAIANCE
26 10:30~13:40 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 14:00~14:30 BODYCOMBAT 19:05~19:50 筋膜リリースヨガ	27 10:30~12:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 12:25~12:55 WOW! HIP 13:20~14:35 大人の休日倶楽部 趣味の会講座	28 10:00~11:30 メディカルスクール 12:00~12:30 WOW! HIP 12:45~13:15 WOW! CORE 15:20~15:50 WOW! HIP	29 11:00~12:30 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 13:45~15:00 大人の休日倶楽部 趣味の会講座 15:20~15:50 WOW! HIP	30 休館日	31 11:20~11:50 WOW! HIP	01

上記時間のスクールおよび講座の15分前までスタジオご利用いただけます。

開始15分前になりましたらご退出いただけますようお願いいたします。

※30分前より椅子出し等の準備する講座もございますので予めご了承ください。