



2018年12月 レッスンスケジュール



日	月	火	水	木	金	土
定休日	<div style="border: 1px solid orange; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <p>年末年始の営業について</p> <p>12/30,31、1/1,2,3 は休業となります。</p> <p>12/22(土)は18時までの短縮営業となります。</p> <p>12/29(土)、1/4(金)は通常営業となります。</p> </div>					1 11:15 ~ 11:45 ストレッチポール 行田
						14:00 ~ 14:45 マインドフルネスヨガ 行田
						17:15 ~ 17:45 コーディネーション 二井
2	3	4	5	6	7	8
定休日	11:15 ~ 11:45 姿勢美 中佐	11:15 ~ 11:45 ニートレ 勝見	11:15 ~ 12:00 骨盤ヨガ 行田	11:15 ~ 12:00 マインドフルネスヨガ 行田	11:15 ~ 11:45 リズムウォーク 橋元	11:15 ~ 11:45 ショルトレ 勝見
	14:15 ~ 14:45 ペルトレ 勝見	12:15 ~ 12:45 ボディメンテナンス 竹野	13:30 ~ 14:00 ソフトエアロ 橋元	13:15 ~ 13:45 コーディネーション 二井	12:30 ~ 13:30 アロマヨガ 行田	14:00 ~ 14:45 オールアウト 中佐
	19:00 ~ 19:45 KETUトレ 竹野	14:15 ~ 14:45 姿勢美 中佐	19:00 ~ 19:45 オールアウト 中佐	14:15 ~ 14:45 KETUトレ 竹野	14:15 ~ 14:45 ショルトレ 勝見	17:15 ~ 17:45 コーディネーション 二井
		18:45 ~ 19:45 アロマヨガ 行田		18:30 ~ 19:00 ソフトエアロ 橋元	19:00 ~ 19:45 骨盤ヨガ 行田	
9	10	11	12	13	14	15
定休日	11:15 ~ 11:45 姿勢美 中佐	11:15 ~ 11:45 ニートレ 勝見	11:15 ~ 12:00 骨盤ヨガ 行田	11:15 ~ 12:00 マインドフルネスヨガ 行田	11:15 ~ 11:45 リズムウォーク 橋元	11:15 ~ 11:45 ペルトレ 勝見
	14:15 ~ 14:45 ペルトレ 勝見	12:15 ~ 12:45 KUBIRE 竹野	13:30 ~ 14:00 ソフトエアロ 橋元	13:15 ~ 13:45 コーディネーション 二井	12:30 ~ 13:30 アロマヨガ 行田	14:00 ~ 14:45 マインドフルネスヨガ 行田
	19:00 ~ 19:45 KETUトレ 竹野	14:15 ~ 14:45 姿勢美 中佐	19:00 ~ 19:45 オールアウト 中佐	14:15 ~ 14:45 ボディメンテナンス 竹野	14:15 ~ 14:45 ショルトレ 勝見	17:15 ~ 17:45 コーディネーション 二井
		18:45 ~ 19:45 アロマヨガ 行田		18:30 ~ 19:00 ソフトエアロ 橋元	19:00 ~ 19:45 骨盤ヨガ 行田	
16	17	18	19	20	21	22
定休日	11:15 ~ 11:45 姿勢美 中佐	11:15 ~ 11:45 ニートレ 勝見	11:15 ~ 12:00 骨盤ヨガ 行田	11:15 ~ 12:00 マインドフルネスヨガ 行田	11:15 ~ 11:45 リズムウォーク 橋元	11:15 ~ 11:45 ショルトレ 勝見
	14:15 ~ 14:45 ペルトレ 勝見	12:15 ~ 12:45 ボディメンテナンス 竹野	13:30 ~ 14:00 ソフトエアロ 橋元	13:15 ~ 13:45 コーディネーション 二井	12:30 ~ 13:30 アロマヨガ 行田	14:00 ~ 15:00 アロマヨガ 行田
	19:00 ~ 19:45 KETUトレ 竹野	14:15 ~ 14:45 姿勢美 中佐	19:00 ~ 19:45 オールアウト 中佐	14:15 ~ 14:45 KETUトレ 竹野	14:15 ~ 14:45 ショルトレ 勝見	17:15 ~ 17:45 コーディネーション 二井
		18:45 ~ 19:45 アロマヨガ 行田		18:30 ~ 19:00 ソフトエアロ 橋元	19:00 ~ 19:45 骨盤ヨガ 行田	18時まで短縮営業
23	24	25	26	27	28	29
定休日	10:00~17:00 営業 しています♪	11:15 ~ 11:45 ニートレ 勝見	11:15 ~ 12:00 骨盤ヨガ 行田	11:15 ~ 12:00 マインドフルネスヨガ 行田	11:15 ~ 11:45 リズムウォーク 橋元	11:15 ~ 11:45 ショルトレ 勝見
		12:15 ~ 12:45 KUBIRE 竹野	13:30 ~ 14:00 ソフトエアロ 橋元	13:15 ~ 13:45 コーディネーション 二井	12:30 ~ 13:30 アロマヨガ 行田	75分のSPレッスン スペシャル
		14:15 ~ 14:45 姿勢美 中佐	19:00 ~ 19:45 オールアウト 中佐	14:15 ~ 14:45 ボディメンテナンス 竹野	14:15 ~ 14:45 ショルトレ 勝見	14:00 ~ 15:15 マインドフルネスヨガ 行田
		18:45 ~ 19:45 アロマヨガ 行田		18:30 ~ 19:00 ソフトエアロ 橋元	19:00 ~ 19:45 骨盤ヨガ 行田	17:15 ~ 17:45 コーディネーション 二井