

9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
9月1日 日曜日	14:00~ 15:00	<i>Group Power</i>	<i>Hiro</i>
	15:30~ 16:30	<i>Group Fight</i>	<i>Hiro</i>
9月7日 土曜日	10:45~ 11:30	リラックスコンディショニング	<i>Papa</i>
	13:30~ 14:15	<i>Group Fight</i>	<i>Papa</i>
	14:30~ 15:15	<i>MEGADANZ</i>	<i>KEN</i>
	15:30~ 16:15	<i>ZUMBA</i>	<i>KEN</i>
	16:30~ 17:30	<i>Group Blast</i>	<i>Mac</i>
9月8日 日曜日	休 館 日		
9月14日 土曜日	10:45~ 11:30	コンディショニング	<i>Hiro</i>
	13:45~ 14:15	<i>Group Core</i>	<i>Hiro</i>
	14:30~ 15:15	<i>MEGADANZ</i>	<i>KEN</i>
	15:30~ 16:15	<i>ZUMBA</i>	<i>KEN</i>
	16:30~ 17:30	<i>Group Centergy</i>	<i>Mac</i>
9月15日 日曜日	14:00~ 15:00	<i>Group Power</i>	<i>Hiro</i>
	15:30~ 16:30	<i>Group Blast</i>	<i>Hiro</i>
9月16日 月曜日 (敬老の日)	14:00~ 14:45	<i>Group Power</i>	<i>Mac</i>
	15:00~ 16:00	<i>Group Centergy</i>	<i>Mac</i>
	16:30~ 17:30	<i>Group Fight</i>	<i>Papa</i>
9月21日 土曜日	10:45~ 11:30	コンディショニング	<i>Hiro</i>
	13:45~ 14:15	<i>Group Core</i>	<i>Papa</i>
	14:30~ 15:15	<i>MEGADANZ</i>	<i>KEN</i>
	15:30~ 16:15	<i>ZUMBA</i>	<i>KEN</i>
	16:30~ 17:30	<i>Group Fight</i>	<i>Hiro</i>
9月22日 日曜日 (秋分の日)	14:00~ 15:00	<i>Group Fight</i>	<i>Papa</i>
	15:30~ 16:30	リラックスコンディショニング	<i>Papa</i>
9月23日 月曜日 (振替休日)	14:15~ 14:45	<i>Group Core</i>	<i>Hiro</i>
	15:00~ 16:00	<i>Group Power</i>	<i>Hiro</i>
	16:30~ 17:30	<i>Group Blast</i>	<i>Hiro</i>
9月28日 土曜日	10:45~ 11:30	リラックスコンディショニング	<i>Papa</i>
	13:45~ 14:15	<i>Group Core</i>	<i>Papa</i>
	14:30~ 15:15	<i>Group Power</i>	<i>Mac</i>
	15:30~ 16:15	<i>Group Centergy</i>	<i>Mac</i>
	16:30~ 17:30	<i>Group Fight</i>	<i>Papa</i>
9月29日 日曜日	卓球イベント企画 後日、詳細発表		

※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。