

タイムテーブル

	月	火	水	木	金	土	日
9.00							
10.00		フィットネスレッスン 9:30~10:30	フィットネスレッスン 9:30~10:30			フィットネスレッスン 9:30~10:30	フィットネスレッスン 9:30~10:30
11.00		フィットネスレッスン 10:45~11:45	フィットネスレッスン 10:45~11:45			フィットネスレッスン 11:00~12:00	フィットネスレッスン 11:00~12:00
12.00		フィットネスレッスン 12:00~13:00	フィットネスレッスン 12:00~13:00				
13.00						フィットネスレッスン 12:30~13:30	フィットネスレッスン 12:30~13:30
14.00							
15.00						キッズ 15:00~15:40	
16.00						ジュニア 16:00~16:40	ジュニア 16:00~16:40
17.00		キッズ 16:30~17:10	キッズ 16:30~17:10		キッズ 16:30~17:10		
18.00		ジュニア 17:25~18:05	ジュニア 17:25~18:05		ジュニア 17:25~18:05	アスリートトレーニング 17:00~18:10	アスリートトレーニング 17:00~18:10
19.00							
20.00			フィットネスレッスン 19:40~20:40		フィットネスレッスン 19:40~20:40		
21.00							
22.00			フィットネスレッスン 21:10~22:10		フィットネスレッスン 21:10~22:10		
23.00							