

TIME	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日・祝日	TIME
9:30								9:30
9:40	中級レッスン スタート 9:30～10:20	中級レッスン タワー 9:30～10:20	初級レッスン リフォーマー 9:30～10:20	初級レッスン リング 9:30～10:20	中級レッスン リフォーマー 9:30～10:20	初級レッスン スタート 9:30～10:20	初級レッスン スパイン 9:30～10:20	9:40
9:50								9:50
10:00								10:00
10:10								10:10
10:20								10:20
10:30								10:30
10:40	初級レッスン スパイン 10:40～11:30	体験レッスン 10:50～12:10	初級レッスン リング 10:40～11:30	中級レッスン リフォーマー 10:40～11:30	初級レッスン リフォーマー 10:40～11:30	体験レッスン 10:40～12:00	初級レッスン リング 10:40～11:30	10:40
10:50								10:50
11:00								11:00
11:10								11:10
11:20								11:20
11:30								11:30
11:40	体験レッスン 11:50～13:10	初級レッスン リフォーマー 12:30～13:20	中級レッスン リフォーマー 11:50～12:40	初級レッスン スパイン 11:50～12:40	初級レッスン リング 11:50～12:40	中級レッスン タワー 12:20～13:10	初級レッスン リフォーマー 11:50～12:40	11:40
11:50								11:50
12:00								12:00
12:10								12:10
12:20								12:20
12:30								12:30
12:40	初級レッスン リフォーマー 13:30～14:20	中級レッスン タワー 13:40～14:30	初級レッスン スパイン 13:00～13:50	体験レッスン 13:00～14:20	中級レッスン タワー 13:00～13:50	初級レッスン リング 13:40～14:30	体験レッスン 13:00～14:20	12:40
12:50								12:50
13:00								13:00
13:10								13:10
13:20								13:20
13:30								13:30
13:40	初級レッスン リフォーマー 14:40～15:30	初級レッスン スパイン 15:00～15:50	初級レッスン リング 14:10～15:00	中級レッスン タワー 14:40～15:30	初級レッスン スパイン 14:10～15:00	初級レッスン リング 13:40～14:30	初級レッスン スパイン 14:40～15:30	13:40
13:50								13:50
14:00								14:00
14:10								14:10
14:20								14:20
14:30								14:30
14:40	中級レッスン リフォーマー 14:40～15:30	初級レッスン スパイン 15:00～15:50	初級レッスン リング 14:10～15:00	中級レッスン タワー 14:40～15:30	初級レッスン スパイン 14:10～15:00	初級レッスン リング 13:40～14:30	初級レッスン スパイン 14:40～15:30	14:40
14:50								14:50
15:00								15:00
15:10								15:10
15:20								15:20
15:30								15:30
15:40	初級レッスン リング 16:00～16:50	初級レッスン リフォーマー 16:10～17:00	初級レッスン リフォーマー 15:20～16:10	初級レッスン スパイン 16:00～16:50	初級レッスン リング 15:20～16:10	中級レッスン スタート 14:50～15:40	中級レッスン リフォーマー 15:50～16:40	15:40
15:50								15:50
16:00								16:00
16:10								16:10
16:20								16:20
16:30								16:30
16:40	中級レッスン タワー 17:40～18:30	初級レッスン リング 18:00～18:50	中級レッスン タワー 16:30～17:20	初級レッスン スパイン 16:00～16:50	中級レッスン リフォーマー 16:30～17:20	初級レッスン スパイン 16:00～16:50	初級レッスン リング 17:00～17:50	16:40
16:50								16:50
17:00								17:00
17:10								17:10
17:20								17:20
17:30								17:30
17:40	初級レッスン リフォーマー 19:00～19:50	中級レッスン リフォーマー 19:10～20:00	初級レッスン リフォーマー 18:00～18:50	初級レッスン スパイン 17:40～18:30	初級レッスン スパイン 17:40～18:30	初級レッスン リフォーマー 17:10～18:00	初級レッスン リング 17:00～17:50	17:40
17:50								17:50
18:00								18:00
18:10								18:10
18:20								18:20
18:30								18:30
18:40	初級レッスン スパイン 20:10～21:00	初級レッスン スタート 20:20～21:10	体験レッスン 18:00～19:20	中級レッスン スタート 19:10～20:00	体験レッスン 18:50～20:10	中級レッスン リフォーマー 18:20～19:10	初級レッスン リング 17:00～17:50	18:40
18:50								18:50
19:00								19:00
19:10								19:10
19:20								19:20
19:30								19:30
19:40	初級レッスン スパイン 20:10～21:00	初級レッスン スタート 20:20～21:10	初級レッスン リフォーマー 19:50～20:40	中級レッスン スタート 19:10～20:00	体験レッスン 18:50～20:10	中級レッスン リフォーマー 18:20～19:10	初級レッスン リング 17:00～17:50	19:40
19:50								19:50
20:00								20:00
20:10								20:10
20:20								20:20
20:30								20:30
20:40	初級レッスン スパイン 20:10～21:00	初級レッスン スタート 20:20～21:10	初級レッスン リフォーマー 19:50～20:40	中級レッスン タワー 20:20～21:10	初級レッスン リング 20:30～21:20	初級レッスン リング 20:30～21:20	初級レッスン リング 17:00～17:50	20:40
20:50								20:50
21:00								21:00
21:10								21:10
21:20								21:20