

レッスンスケジュール(2025年7月～)

		月	火	木	金	土	日		
9:30									9:30
10:00		10:00~11:00 ピラティス	10:00~11:00 Rコンディショニング	10:00~11:00 Rコンディショニング	10:00~11:00 ピラティス				10:00
10:30		シゲ	藤澤 優作	原 学	シゲ		10:30~11:30 リアルストライク		10:30
11:00							原 学		11:00
11:30			11:30~12:30 リアルストライク	11:30~12:30 リアルストライク					11:30
12:00			原 学	原 学					12:00
12:30									12:30
13:00						13:00~14:00 リアルストライク			13:00
13:30						原 学			13:30
14:00									14:00
14:30									14:30
15:00									15:00
15:30									15:30
16:00									16:00
16:30									16:30
17:00									17:00
17:30									17:30
18:00									18:00
18:30									18:30
19:00									19:00
19:30									19:30
20:00		20:00~21:00 リアルストライク		20:00~21:00 リアルストライク					20:00
20:30		原 学		原 学					20:30
21:00									21:00
21:30									21:30
22:00									22:00

※レッスン時間・内容が変更することがございます。