

# 3月レッスン予定表

月	火	水	木	金	土	日							
3/30	3/31	<p style="text-align: center;"><b>1レッスン無料体験できます!! スタッフまでお問い合わせ下さい!!</b></p> <p>※定員15名 ※プログラムは変更になる場合がございます。 ※WEBご予約は8日前の午前8:00~となります。 予約開始時間前でのご予約の場合は順番が後回しになりますのでご了承ください。 当日、枠が空いていればご予約がなくてもご参加いただけます。 ※有料レッスン 会員様1,250円、会員外の方1,500円 当日担当インストラクターへ直接現金にてお支払い下さい。</p> <p style="text-align: center;"><b>毎週日曜日、月曜日はスタッフ不在に変更、5日(木)10時~14時と14日(土)はスタッフ不在となります。</b></p>				1							
<p>【全ての方参加可能クラス】 10:50~11:10元気な身体を作ろう!!</p> <p>13:15~14:00エンジョイエアロ(渡邊) 14:15~15:00ボディコンバット45(土居)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 19:00~19:30簡単ピラティス(越野) 19:45~20:30ボディコンバット45(土居)</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 10:50~11:10元気な身体を作ろう!!</p> <p>14:15~15:00ボディコンバット45(土居) 15:15~16:00エンジョイエアロ(渡邊)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 19:00~19:30簡単ピラティス(越野) 19:45~20:30ボディコンバット45(土居)</p>	4	5	6	7	8							
2	3	4	5	6	7	8							
<p>【全ての方参加可能クラス】 10:00~10:20ヨガ(渡邊)</p> <p>13:15~14:00初中級エアロ(渡邊) 14:15~15:00ボディジャム45(渡邊)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 19:00~19:30簡単ピラティス(越野) 19:45~20:30ボディコンバット45(土居)</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 10:50~11:10元気な身体を作ろう!!</p> <p>14:15~15:00ボディコンバット45(土居) 15:15~16:00エンジョイエアロ(渡邊)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 19:00~19:30簡単ピラティス(越野) 19:45~20:30ボディコンバット45(土居)</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 14:15~14:45 HOGUSHI</p> <p>16:30~17:20キッズスクール 19:30~20:30【有料】ピラティス(千代延)</p>	<p>14:15~15:00 ZUMBAR(渡邊) 15:15~15:45ボディバランス30※ST(渡邊)</p> <p>16:30~17:20キッズスクール 19:00~20:00ボディジャム(渡邊) 20:15~21:00メガダンス45(渡邊)</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 10:50~11:10元気な身体を作ろう!!</p> <p>13:15~14:00サーキットエアロ(渡邊) 14:15~14:45ボディコンバット30(土居)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 15:00~15:30リラククスヨガ(渡邊) 17:00~17:30学生向け体幹トレーニング 19:30~20:30【有料】ピラティス(千代延)</p>	<p>9:00~9:50キッズスクール</p> <p>12:00~13:00ボディコンバット(土居) 13:15~14:00メガダンス45(渡邊) 14:15~14:45レスミルズダンス(渡邊)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 17:00~17:30ストレッチ</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 10:00~10:20ヨガ(渡邊)</p> <p>13:15~14:00初中級エアロ(渡邊) 14:15~15:00ボディジャム45(渡邊)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 19:00~19:30簡単ピラティス(越野) 19:45~20:15ボディコンバット30(土居)</p>	10	11	12	13	14	15	
9	10	11	12	13	14	15							
16	17	18	19	20【祝】	21	22							
<p>【全ての方参加可能クラス】 10:00~10:20ヨガ(渡邊)</p> <p>13:15~14:00初中級エアロ(渡邊) 14:15~15:00ボディジャム45(渡邊)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 19:00~19:30簡単ピラティス(越野) 19:45~20:15ボディコンバット30(土居)</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 10:50~11:10元気な身体を作ろう!!</p> <p>14:15~15:00ボディコンバット45(土居) 15:15~16:00エンジョイエアロ(渡邊)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 19:00~19:30簡単ピラティス(越野) 19:45~20:15ボディコンバット30(土居)</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 14:15~14:45 HOGUSHI</p> <p>15:00~16:00メガダンス(渡邊)</p> <p>16:30~17:20キッズスクール 19:30~20:30【有料】ピラティス(千代延)</p>	<p>14:15~15:00 ZUMBA(渡邊) 15:15~16:00ボディバランス45※ST(渡邊)</p> <p>16:30~17:20キッズスクール 19:00~20:00ボディジャム(渡邊) 20:15~20:45レスミルズダンス(渡邊)</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 10:50~11:10元気な身体を作ろう!!</p> <p>14:15~14:45ボディコンバット30(土居)</p> <p>17:00~17:30学生向け体幹トレーニング 19:30~20:30【有料】ピラティス(千代延)</p>	<p>9:00~9:50キッズスクール</p> <p>12:00~13:00ボディコンバット(土居) 【全ての方参加可能クラス】 14:15~14:45体幹トレーニング</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 10:00~10:20ヨガ(渡邊)</p> <p>13:15~14:00初中級エアロ(渡邊) 14:15~15:00ボディジャム45(渡邊)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 19:00~19:30簡単ピラティス(越野) 19:45~20:15ボディコンバット30(土居)</p>	16	17	18	19	20【祝】	21	22
16	17	18	19	20【祝】	21	22							
23	24	25	26	27	28	29							
<p>【全ての方参加可能クラス】 10:00~10:20ヨガ(渡邊)</p> <p>13:15~14:00初中級エアロ(渡邊) 14:15~15:00ボディジャム45(渡邊)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 19:00~19:30簡単ピラティス(越野) 19:45~20:30ボディコンバット45(土居)</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 10:50~11:10元気な身体を作ろう!!</p> <p>14:15~15:00ボディコンバット45(土居) 15:15~16:00エンジョイエアロ(渡邊)</p> <p>【全ての方参加可能クラス】 19:00~19:30簡単ピラティス(越野) 19:45~20:30ボディコンバット45(土居)</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 14:15~14:45 HOGUSHI</p> <p>16:30~17:20キッズスクール 19:30~20:30【有料】ピラティス(千代延)</p>	<p>16:30~17:20キッズスクール</p>	<p>【全ての方参加可能クラス】 10:50~11:10元気な身体を作ろう!!</p> <p>14:15~14:45ボディコンバット30(土居)</p> <p>17:00~17:30学生向け体幹トレーニング 19:30~20:30【有料】ピラティス(千代延)</p>	<p>9:00~9:50キッズスクール</p> <p>12:00~13:00ボディコンバット(土居) 【全ての方参加可能クラス】 14:15~14:45体幹トレーニング</p>	<p>★ボディコンバットラストイベント★ 10:00~11:00ボディコンバット(土居) 11:15~12:15ボディジャム(渡邊) ※最低開催人数5名 3月16日(月)までに最低開催人数が下回る場合はイベントを中止とさせていただきます。 2月28日(土)8:00~WEBにて受付開始 外部の方、3月1日(火)10:00~公式LINE、 又はお電話にて受付開始、外部の方は 1レッスン1,000円、セット1,500円(税込)</p>	23	24	25	26	27	28	29