

6月のスケジュール

休業日→1日(月)・3日(水)・7日(日)・10日(水)・14日(日)・17日(水)・21日(日)・24日(水)・28日(日)

※土曜日のFithopは20日・27日となっております。

※木曜日のFithopは4日・18日となっております。

※今月は毎月土曜日が営業日となっております。

時間/曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	時間/曜日	金曜日	時間/曜日	土曜日	日曜日
10:15									休業日
11:00					11:00	ZUMBA			
12:00							12:00	ZUMBA	
13:00							13:00	Fit hop	
15:30	有酸素	腹筋	栄養相談	腹筋	15:00	上半身	14:00	ZUMBA	
16:30	下半身	有酸素	上半身	有酸素	16:00	腹筋	15:00	有酸素	
17:30	上半身	下半身	腹筋	下半身	17:00	有酸素	16:00	上半身	
18:30	腹筋	有酸素	有酸素	19:00	18:00	腹筋			
19:30	20:00	711	711	ZUMBA	19:00	711			
20:30	ZUMBA			20:00					
				ZUMBA					