

## 2024年7月 日曜日・祝日タイムスケジュール

	7月7日(日)	7月14日(日)	7月15日(月祝)	7月21日(日)	7月28日(日)
スタジオ	10:30 バレトン 山崎	10:30 ピラティス 長谷川	10:30 ボディパンプ 中村	10:30 ベーシックエアロ 竹内	10:30 ホットYOGA45ek 藤田
	11:35 ベーシックエアロ 山崎			12:00 からだ コンディショニング (有料) 高木	
	13:30 ボディパンプ 中野	13:30 ベーシックエアロ 山内	13:30 ヨーガ 澤飯	13:30 ピラティス 玉川	13:30 ボディパンプ 藤田
	15:00 ボディコンバット 中野	15:00 BtoBスタイル コントロール 高畠	15:00 ホットYOGA45ek 澤飯	15:00 ボディパンプ 中村	15:00 ボディコンバット 藤田

	7月6日(土)	7月13日(土)	7月20日(土)	7月27日(土)
土曜 13:00 週替わり	13:00 エンジョイエアロ 山崎	13:00 ベーシック ステップ 舟木	13:00 ベーシック ステップ 舟木	13:00 エンジョイエアロ 山崎