





5月G・Wプログラム



5月2日	5月3日	5月4日	5月5日		5月6日	
SAT	SUN	MON	TUE		WED	
全室	全室	全室	多目的1	多目的2.3	多目的1	多目的2.3
 終日休講	 終日休講	10:00~10:45 LMシェイプス 岡野	大会の為 18:00まで 休講		10:00~11:00 シンプルヨガ 高畑	10:00~10:45 ボディパンプ 岡野
		11:00~11:45 ボディコンバット 高橋			11:15~12:15 柔軟性プログラム 青山	11:15~12:00 ボディコンバット 高橋
		12:00~12:45 ボディジャム 木村				12:15~13:00 LMコア 白畑
		13:00~13:45 LMトーン 白畑			13:00~14:00 やさしい健康ピラティス 清水	13:15~14:00 ボディアタック 白畑
		14:00~14:45 ストレングスデベロップメント 白畑			18:30~19:15 ボディジャム SUMI	14:30~15:15 LMダンス SUMI
		15:00~15:45 LMダンス SUMI			19:30~20:15 ボディアタック 岡野	15:30~16:15 ボディジャム 木村
		16:00~16:45 ボディバランス SUMI			20:35~21:20 ボディアタック 白畑	16:30~17:15 ボディバランス 木村