

2021年5月 グループレッスン スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
					1日	2日
						13:30-14:30 ダヴィンチボード
					19:00-20:00 ベーシックヨガ	

月	火	水	木	金	土	日
3日(祝)	4日(祝)	5日(祝)	6日	7日	8日	9日
11:30-12:30 パワーヨガ	10:00-11:00 ダヴィンチボード 石川代行	10:00-11:00 HIT(ヒート)	11:30-12:30 パワーヨガ	9:45-10:45 HIT(ヒート) トレーニング		
			13:30-14:30 ダヴィンチボード	11:00-12:00 HIT or ヨガ		13:30-14:30 ダヴィンチボード
		13:30-14:30 HIT(ヒート) トレーニング		13:30-14:30 HIT(ヒート) トレーニング		
		15:00-16:00 HIT(ヒート) トレーニング		15:00-16:00 HIT(ヒート) トレーニング		
			18:00-19:00 HIT(ヒート)	19:30-20:30 ダヴィンチボード		
19:30-20:30 ダヴィンチボード	19:30-20:30 ダヴィンチボード		19:30-20:30 ダヴィンチボード	21:00-22:00 ダヴィンチボード	19:00-20:00 ベーシックヨガ	

月	火	水	木	金	土	日
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
11:30-12:30 パワーヨガ	11:30-12:30 ダヴィンチボード	10:00-11:00 HIT(ヒート)	お休み	9:45-10:45 HIT(ヒート) トレーニング		
			13:30-14:30 ダヴィンチボード 石川代行	11:00-12:00 HIT or ヨガ		13:30-14:30 ダヴィンチボード
		13:30-14:30 HIT(ヒート) トレーニング		13:30-14:30 HIT(ヒート) トレーニング		
		15:00-16:00 HIT(ヒート) トレーニング		15:00-16:00 HIT(ヒート) トレーニング		
			18:00-19:00 HIT(ヒート)	19:30-20:30 ダヴィンチボード		
19:30-20:30 ダヴィンチボード	19:30-20:30 ダヴィンチボード		19:30-20:30 ダヴィンチボード	21:00-22:00 ダヴィンチボード	19:00-20:00 ベーシックヨガ	

月	火	水	木	金	土	日
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
11:30-12:30 パワーヨガ	11:30-12:30 ダヴィンチボード	10:00-11:00 HIT(ヒート)	11:30-12:30 パワーヨガ	9:45-10:45 HIT(ヒート) トレーニング		
			13:30-14:30 ダヴィンチボード	11:00-12:00 HIT or ヨガ		13:30-14:30 ダヴィンチボード
		13:30-14:30 HIT(ヒート) トレーニング		13:30-14:30 HIT(ヒート) トレーニング		
		15:00-16:00 HIT(ヒート) トレーニング		15:00-16:00 HIT(ヒート) トレーニング		
			18:00-19:00 HIT(ヒート)	19:30-20:30 ダヴィンチボード		
19:30-20:30 ダヴィンチボード	19:30-20:30 ダヴィンチボード		19:30-20:30 ダヴィンチボード	21:00-22:00 ダヴィンチボード	19:00-20:00 ベーシックヨガ	

月	火	水	木	金	土	日
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
11:30-12:30 パワーヨガ	11:30-12:30 ダヴィンチボード	10:00-11:00 HIT(ヒート)	11:30-12:30 パワーヨガ	9:45-10:45 HIT(ヒート) トレーニング		
			13:30-14:30 ダヴィンチボード	11:00-12:00 HIT or ヨガ		13:30-14:30 ダヴィンチボード 村瀬代行
		13:30-14:30 HIT(ヒート) トレーニング		13:30-14:30 HIT(ヒート) トレーニング		
		15:00-16:00 HIT(ヒート) トレーニング		15:00-16:00 HIT(ヒート) トレーニング		
			18:00-19:00 HIT(ヒート)	19:30-20:30 ダヴィンチボード		
19:30-20:30 ダヴィンチボード	19:30-20:30 ダヴィンチボード		19:30-20:30 ダヴィンチボード	21:00-22:00 ダヴィンチボード	19:00-20:00 ベーシックヨガ	

月	火	水	木	金	土	日
31日						
11:30-12:30 パワーヨガ						
19:30-20:30 ダヴィンチボード						

加藤 由佳
林 美紗
村瀬 幸史郎
渡辺 里絵
横山 千夏
石川 恵
担当未定