

2024年4月～6月 フィットネススクールタイムスケジュール(有料)

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	第2スタジオ	第2スタジオ	第2スタジオ	第2スタジオ	第2スタジオ	第2スタジオ
10:00			9:45～10:45 ボディリメイク 川口貢志		10:00～11:00 レベル3 安部宏希	9:45～10:45 レベル4 川口貢志
11:00						11:00～12:00 レベル1 元田雄己
12:00		12:15～13:15 レベル3 川口貢志				12:15～13:15 レベル2 川口貢志
13:00	13:00～14:00 ボディリメイク 川口貢志					
14:00		14:30～15:30 レベル2 元田雄己			14:40～15:40 レベル2 川口貢志	14:45～15:45 レベル1 元田雄己
15:00						16:15～17:15 レベル3 宮本梨加
16:00						
17:00				17:15～18:15 レベル3 安部宏希	17:00～18:00 レベル1 北村空	
18:00						
19:00	19:00～20:00 レベル4 元田雄己	18:40～19:40 レベル3 川口貢志	19:00～20:00 レベル2 北村空	18:30～19:30 ボディリメイク 安部宏希 レベル1 相良菜奈美	18:15～19:15 レベル2 川口貢志	
20:00						
21:00		20:50～21:50 レベル1 堤賢吾				
22:00	<p>【振替有効期限】…欠席月の翌月最終クラス日まで。</p> <p>【振替可能回数】…月4回スクールのうち、2回まで無料で振替可能。 3回目以降からは有料（550円/回）で振替可能。</p>					
23:00						

スケジュールの見方

… **TRYnations**
Team Training

トレーニングの基礎から応用までを
段階的に学ぶクラス

… **bodyREmake**
Group Training

衰えた体の機能を元に戻し、
正しい体の動きを習得するクラス

【定員】 TRYnations レベル1 … 8名 / レベル2～4 10名
bodyREmake … 8名