

年末年始スケジュール

12月28日(土)		12月29日(日)		12月30日(月)		1月4日(土)		お申込開始日	
	1スタジオ	2スタジオ		1スタジオ	2スタジオ		1スタジオ	2スタジオ	
10			10			10			12/28(土)分 ▼
11	LOW 10:20~11:05 畑川 ♥	保健所教室	11	ゆがみケア 10:30~11:15 竹中 ♥	リンパストレッチ 10:40~11:20 畑川 ♥	11	LOW 10:20~11:05 畑川	ゆがみケア 10:30~11:15 竹中 ♥	12/14(土)18:00~ ▼
12	リカバリーストレッチ 11:30~12:15 竹中 ♥		12	ベーシックエアロ 11:40~12:25 竹中 ♥	ステップⅠ 11:45~12:30 畑川	12	11:30~新春落語会 12:00~おもちつき大会		12/29(日)分 ▼
13	ベーシックステップ 12:45~13:30 竹中 ♥	太極気功 12:15~13:15 王 ♥	13	コクーンスタイルヨガ (有料スクール) 12:50~13:50 竹中		13	LOW II 12:45~13:30 紺野	ロコモケア 12:45~13:30 安田 ♥	12/30(月)分 ▼
14	※有料 JOINT ZUMBA® 14:00~15:00 仲田&AKIKO	マーシャルファイト 13:30~14:15 庄野	14	コクーン振替枠 14:00~14:30	ボディメイクEx. 14:15~15:00 佐々木 ♥	14	ピラティス 50 14:00~14:50 RIKU ♥		12/16(月)18:00~ ▼
15	※有料 JOINT ZUMBA® 15:30~16:30 仲田&AKIKO	バランスボール 14:35~15:20 庄野 ♥	15	LOW 14:50~15:35 杉川		15	14:30~新春落語会 15:00~おもちつき大会		12/21(土)18:00~ ▼
16			16	HIPHOP 15:55~16:55 SOUYA ♥	ハタヨガ 60 16:00~17:00 石島 ♥	16	ステップⅡ 15:30~16:15 仲田		12/1(土)分 ▼
17	ボディワーク 45 17:00~17:45 仲田 ♥		17			17	ボディワーク ♥ 16:30~17:00 仲田		12/2(日)分

\お申込はWebから/

<https://select-type.com/member/login/?mi=5HcyeMuFdbM>

