



12月



イベントカレンダー



日付	曜日	場所	時間	種目	日付	曜日	場所	時間	種目
1	火	studio	12:05~12:20	ストレッチポール	17	木			
2	水	studio	15:20~15:35	シェイプタイム	18	金	studio	15:05~15:20	ストレッチポール
3	木				19	土	studio	12:05~12:20	シェイプタイム
4	金	studio	15:05~15:20	ストレッチポール	20	日	GYM	13:50~14:05	5cmトレーニング
5	土	studio	12:05~12:20	シェイプタイム	21	月	studio	21:05~21:20	ストレッチポール
6	日	GYM	13:50~14:05	5cmトレーニング	22	火	studio	12:05~12:20	シェイプタイム
		フロント	10:00~18:30	カロリー計算	23	水	studio	15:20~15:35	ストレッチポール
7	月	studio	21:05~21:20	ストレッチポール			フロント	10:00~22:00	カロリー計算
		studio	15:35~15:50	スタジオウォーキング	24	木			
8	火	studio	12:05~12:20	シェイプタイム	25	金	studio	15:05~15:20	シェイプタイム
9	水	studio	15:20~15:35	ストレッチポール	26	土	studio	12:05~12:20	ストレッチポール
10	木				27	日	GYM	13:50~14:05	5cmトレーニング
11	金	studio	15:05~15:20	シェイプタイム	28	月	studio	21:05~21:20	シェイプタイム
		フロント	10:00~22:00	カロリー計算	29	火	studio	12:05~12:20	ストレッチポール
12	土	studio	12:05~12:20	ストレッチポール	30	水	studio	15:20~15:35	シェイプタイム
13	日	GYM	13:50~14:05	5cmトレーニング	31	木			
14	月	studio	21:05~21:20	シェイプタイム	どなたでもご参加いただけます(・ω・)♪ 予告なく変更になる可能性があります。 ご了承くださいませ。				
15	火	studio	12:05~12:20	ストレッチポール					
		studio	15:05~15:20	スタジオウォーキング					
16	水	studio	15:20~15:35	シェイプタイム					
		フロント	10:00~22:00	カロリー計算					