

5月クラス担当

日付	時間	クラス	担当
2021/5/1 (土)	11:00~12:00	親子クラス	高橋・柴田
	13:00~14:00	ボディメイククラス	乗松
	14:00~15:00	ボディメイククラス	乗松
	15:00~16:00	有酸素キッククラス	北村
	17:00~18:00	レディースクラス	柴田・高橋
	18:00~19:00	ライトスパーリングクラス	武田・柴田・高橋
5/6 (木)	13:00~14:00	リラクゼーションストレッチ	北村
	19:00~20:00	初級クラス	深津
5/7 (金)	17:00~18:00	学生クラス	武田・高橋・澤田
	19:00~20:00	武田塾	武田
5/8 (土)	11:00~12:00	親子クラス	高橋・柴田
	13:00~14:00	ボディメイククラス	乗松
	14:00~15:00	ボディメイククラス	乗松
	15:00~16:00	有酸素キッククラス	北村・高橋
	17:00~18:00	レディースクラス	柴田・高橋
	18:00~19:00	ライトスパーリングクラス	武田・高橋・柴田
5/9 (日)	11:00~12:00	親子クラス	高橋・澤田
	13:00~14:00	ボディメイククラス	乗松
	14:00~15:00	ボディメイククラス	乗松
	15:00~16:00	有酸素キッククラス	高橋・北村
5/10 (月)	13:00~14:00	ヨガストレッチ	土屋
	15:00~16:00	ヨガストレッチ	土屋
	17:00~18:00	学生クラス	武田・高橋・澤田
5/11 (火)	19:00~20:00	レディースクラス	高橋・澤田
	19:00~20:00	初級クラス	高橋・澤田
	19:00~20:00	学生クラス	高橋・柴田
5/12 (水)	19:00~20:00	レディースクラス	柴田・高橋
	13:00~14:00	リラクゼーションストレッチ	北村
	19:00~20:00	初級クラス	北村・澤田・柴田
5/14 (金)	17:00~18:00	学生クラス	高橋・澤田
	19:00~20:00	武田塾	
	11:00~12:00	親子クラス	高橋・柴田
	13:00~14:00	ボディメイククラス	乗松
	14:00~15:00	ボディメイククラス	乗松
	15:00~16:00	有酸素キッククラス	北村
5/15 (土)	17:00~18:00	レディースクラス	柴田・高橋
	18:00~19:00	ライトスパーリングクラス	高橋・柴田
	11:00~12:00	親子クラス	高橋・澤田
	13:00~14:00	ボディメイククラス	乗松
	14:00~15:00	ボディメイククラス	乗松
	15:00~16:00	有酸素キッククラス	高橋・北村
5/17 (月)	13:00~14:00	ヨガストレッチ	土屋
	15:00~16:00	ヨガストレッチ	土屋
	17:00~18:00	学生クラス	高橋・澤田
	19:00~20:00	レディースクラス	高橋・澤田
	19:00~20:00	初級クラス	高橋・澤田
5/18 (火)	19:00~20:00	初級クラス	高橋・澤田
	17:00~18:00	学生クラス	高橋・澤田・柴田
5/19 (水)	17:00~18:00	学生クラス	高橋・澤田・柴田
	19:00~20:00	レディースクラス	柴田・高橋

日付	時間	クラス	担当
5/20 (木)	13:00~14:00	リラクゼーションストレッチ	北村
	19:00~20:00	初級クラス	柴田・澤田・大江
	20:00~21:00	中級クラス	大江
5/21 (金)	17:00~18:00	学生クラス	大江・高橋・澤田
	19:00~20:00	レディースクラス	高橋・澤田・大江
	20:00~21:00	武田塾	武田
5/22 (土)	11:00~12:00	親子クラス	高橋・柴田・大江
	13:00~14:00	ボディメイククラス	乗松
	14:00~15:00	ボディメイククラス	乗松
	15:00~16:00	有酸素キッククラス	北村・高橋
	17:00~18:00	初級クラス	柴田・高橋・大江
	18:00~19:00	中級クラス	大江
5/23 (日)	19:00~20:00	ライトスパーリングクラス	大江・高橋・柴田
	11:00~12:00	親子クラス	大江・高橋・澤田
	13:00~14:00	ボディメイククラス	乗松
	14:00~15:00	ボディメイククラス	乗松
	15:00~16:00	有酸素キッククラス	高橋・澤田
	5/24 (月)	13:00~14:00	ヨガストレッチ
15:00~16:00		ヨガストレッチ	土屋
17:00~18:00		学生クラス	大江・高橋・澤田
5/25 (火)	19:00~20:00	レディースクラス	高橋・澤田
	19:00~20:00	初級クラス	高橋・澤田
	20:00~21:00	中級クラス	大江
5/26 (水)	17:00~18:00	学生クラス	高橋・柴田・澤田
	19:00~20:00	レディースクラス	高橋・柴田
	19:00~20:00	リラクゼーションストレッチ	北村
5/27 (木)	13:00~14:00	リラクゼーションストレッチ	北村
	19:00~20:00	初級クラス	柴田・澤田
	20:00~21:00	中級クラス	大江
5/28 (金)	17:00~18:00	学生クラス	高橋・澤田
	18:00~19:00	レディースクラス	高橋・澤田
	19:00~20:00	武田塾	武田
5/30 (日)	11:00~12:00	親子クラス	大江・高橋
	13:00~14:00	ボディメイククラス	乗松
	14:00~15:00	ボディメイククラス	乗松
	15:00~16:00	有酸素キッククラス	高橋・澤田
	13:00~14:00	ヨガストレッチ	土屋
	15:00~16:00	ヨガストレッチ	土屋
5/31 (月)	17:00~18:00	学生クラス	高橋・澤田
	19:00~20:00	レディースクラス	高橋・澤田

火曜日のテクニク・実戦クラスは週替わりでボクシング、キックボクシング、ムエタイ