

2021年8月 グループレッスンスケジュール

studio valo

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
14 : 00 ~ 14 : 45 M		10 : 00 ~ 10 : 45 M		
	19 : 00 ~ 19 : 45 M	19 : 00 ~ 20 : 00 P		
9	10	11	12	13
休講		10 : 00 ~ 10 : 45 M		
	19 : 00 ~ 19 : 45 M	19 : 00 ~ 20 : 00 P		
16	17	18	19	20
14 : 00 ~ 14 : 45 M		10 : 00 ~ 10 : 45 M		
	19 : 00 ~ 19 : 45 M	19 : 00 ~ 20 : 00 P		
23	24	25	26	27
14 : 00 ~ 14 : 45 M		10 : 00 ~ 10 : 45 M		
	19 : 00 ~ 19 : 45 M	19 : 00 ~ 20 : 00 P		
30	31			
休講	19 : 00 ~ 19 : 45 M			

P…ピラティス M…マスターストレッチ

※金曜日のピラティスグループレッスンは当分の間休講とします。