

9:00	月 (Monday)	火 (Tuesday)	水 (Wednesday)	木 (Thursday)	金 (Friday)	土 (Saturday)	日 (Sunday)	9:00			
9:30	<a href="http://certeza2016.com">http://certeza2016.com</a> 代行・祝日スケジュール情報 他 048-990-7220 HPIに随時、更新していきます。				<b>休館日となります。</b> ◇2/5 BODYJAM 坂入 聡 ◇2/12 BODYPUMP 田中理絵 ◇2/19 BODYCOMBAT 今井学 ◇2/26 ※お尻トレーニング AKANE	レンタル貸しスタジオ (※有料・要予約) or パーソナルトレーニングスタジオ (※有料・要予約)	ダイエットピラティス 60 10:00~11:00 今井 沙那恵	9:30			
10:00	ヨガ 60 【ハタフローヨーガ】 ~ヨガ元祖のハタヨガ~ 10:15~11:15 Junko	ウォーキングピラティス 60 11:30~12:30 Junko	BODYPUMP 60 11:00~12:00 浅川 裕司	初めてのピラティス 60 10:20~11:20 今井 沙那恵				<b>休館日となります。</b>	LesMiLLS 60 13:00~14:00	ストリートダンス 60 13:45~14:45 RIKI (2/6・13) 坂入 聡 (2/20・27)	10:00
10:30											BODYPUMP 45 11:45~12:30 今井 学
11:00	かんたんステップ 30 12:45~13:15 田中 理絵	BODYCOMBAT 45 12:45~13:30 田中 理絵	BODYCOMBAT 45 13:30~14:15 AKANE	11:00							
11:30				ストレッチ 45 13:30~14:15 今井 学							BODYCOMBAT 45 13:30~14:15 AKANE
12:00	BODYJAM 60 13:45~14:45 坂入 聡	BODYJAM 60 13:45~14:45 坂入 聡	BODYATTACK 60 14:15~15:15 三浦 智子								
12:30				※1・2週目 テック15分+45分 3週目以降 60分							BODYJAM 60 15:00~16:00 今井 学
13:00	<b>★祝日のお知らせ★</b> 2/23 (水) 別紙にてお知らせ致します。	<b>★休館日のお知らせ★</b> 2/11 (金) 祝日ですが、金曜日通常休館とさせていただきます。	トータルボディメイキングとは・・・ ◆機能的な身体を作る。 ◆動ける身体作り。 ◆自分の身体を思い通りに動かせるように。 毎回違ったトレーニングやエクササイズを行います。トレンドに合わせた機能的かつ効果的なクラスです。 柔軟性を高めるストレッチや身体の総合バランスを調整します。初めての方も、オススメです。								
13:30				BODYJAM 60 15:30~16:30 AKANE							トータルボディメイキング 45 17:00~17:45 今井 学
14:00	BODYCOMBAT 60 16:15~17:15 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	14:00								
14:30			BODYJAM 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN							14:30
15:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN									15:00
15:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN							15:30
16:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN									16:00
16:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN							16:30
17:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN									17:00
17:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN							17:30
18:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN									18:00
18:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN							18:30
19:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			19:00						
19:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	19:30						
20:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			20:00						
20:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	20:30						
21:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			21:00						
21:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	21:30						
22:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			22:00						
22:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	22:30						
23:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			23:00						
23:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	23:30						
24:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			24:00						
24:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	24:30						
25:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			25:00						
25:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	25:30						
26:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			26:00						
26:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	26:30						
27:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			27:00						
27:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	27:30						
28:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			28:00						
28:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	28:30						
29:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			29:00						
29:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	29:30						
30:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			30:00						
30:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	30:30						
31:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			31:00						
31:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	31:30						
32:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			32:00						
32:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	32:30						
33:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			33:00						
33:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	33:30						
34:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			34:00						
34:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	34:30						
35:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			35:00						
35:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	35:30						
36:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			36:00						
36:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	36:30						
37:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			37:00						
37:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	37:30						
38:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			38:00						
38:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	38:30						
39:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			39:00						
39:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	39:30						
40:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			40:00						
40:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	40:30						
41:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			41:00						
41:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	41:30						
42:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			42:00						
42:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	42:30						
43:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			43:00						
43:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	43:30						
44:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			44:00						
44:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	44:30						
45:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			45:00						
45:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	45:30						
46:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			46:00						
46:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	46:30						
47:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			47:00						
47:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	47:30						
48:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			48:00						
48:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	48:30						
49:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			49:00						
49:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	49:30						
50:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			50:00						
50:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	50:30						
51:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			51:00						
51:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	51:30						
52:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			52:00						
52:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	52:30						
53:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			53:00						
53:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	53:30						
54:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			54:00						
54:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	54:30						
55:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			55:00						
55:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	55:30						
56:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			56:00						
56:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	56:30						
57:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			57:00						
57:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	57:30						
58:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			58:00						
58:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	58:30						
59:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			59:00						
59:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	59:30						
60:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			60:00						
60:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	60:30						
61:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			61:00						
61:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	61:30						
62:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			62:00						
62:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	62:30						
63:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			63:00						
63:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	63:30						
64:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN			64:00						
64:30			BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学	LesMiLLS 60 18:00~19:00 LesMills JAPAN	64:30						
65:00	BODYCOMBAT 60 17:00~18:00 今井 学										