

9:00	月 (Monday)	火 (Tuesday)	水 (Wednesday)	木 (Thursday)	金 (Friday)	土 (Saturday)	日 (Sunday)	9:00
9:30	http://certeza2016.com 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。							9:30
10:00		☺ ヨガ (7/1・15) ウォーキングピラティス (7/8・22) 60 10:30~11:30 Junko		☺ 初めての ピラティス 60 10:20~11:20 今井 沙那恵		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) 日曜日 11:15~12:15 ◇7/6 三浦智子 ◇7/13 田村水紀 ◇7/20 田村水紀 ◇7/27 田村水紀	☺ ダイエット ピラティス 60 10:00~11:00 今井 沙那恵	10:00
10:30								10:30
11:00								11:00
11:30	BODYPUMP 45 11:15~12:00 芝田 里沙		BODYPUMP 60 11:00~12:00 今井 学					11:30
12:00		BODYJAM 60 11:50~12:50 Gackey RIKI (7/8のみ)		BODYPUMP 30 11:35~12:05 RIKI			BODYATTACK 60 11:15~12:15	12:00
12:30	BODYCOMBAT (7/7) BODYJAM (7/14・28) 45 12:15~13:00 RIKI		BODYCOMBAT 60 12:15~13:15 今井 学					12:30
13:00	担当変更	☺ かんたんステップ30(7/1・15) 13:05~13:35 BODYCOMBAT45(7/8・22) 13:05~13:50 RIKI	7/11 スペシャルコラボ ・関西からNONA ・アメリカからKaori 3人でのBODYJAM どなたでもご参加 いただけます♪1					13:00
13:30	BODYATTACK (7/7) 細田 恭平 BODYCOMBAT (7/14・28) 芝田 里沙 45 13:15~14:00			ストリートダンス基礎 30 13:35~14:05 RIKI		お尻トレ(7/12・26) BODYCOMBAT(7/19) 60 13:00~14:00 AKANE		13:30
14:00							☺ ストリートダンス 60 13:45~14:45 RIKI	14:00
14:30						BODYATTACK 60 14:15~15:15 坂田 良介 (7/5のみ) 三浦 智子		14:30
15:00								15:00
15:30	短縮・祝日営業のお知らせ ●7/21 (月) 別紙でご案内いたします		※スタジオメンテナンスのお知らせ 7/29 (火) 30 (水) 31 (木) 1階スタジオメンテナンスの為、スタジオレッスンを 休講とさせていただきます 2階 マシンエリア・ロッカーはご利用頂けます ※7/30 (水)は、UdagawaSportsAcademyへの イベント出演のため16:00閉館とさせていただきます					15:30
16:00								16:00
16:30								16:30
17:00	★夏季休館のお知らせ★ 8/19 (火) 8/20 (水) 8/21 (木) 8/22 (金) 8/23 (土) ~ 通常営業		9周年イベントのお知らせ ●8/17 (日) 予定 イベントレッスン後 夕方より親睦会を予定しております 皆様スケジュール空けておいてくださいね☺					17:00
17:30								17:30
18:00								18:00
18:30								18:30
19:00								19:00
19:30	BODYPUMP 30 19:30~20:00 RIKI		BODYJAM 45 19:30~20:15 AKANE	BODYJAM 30 19:30~20:00 RIKI				19:30
20:00								20:00
20:30	BODYJAM 60 20:15~21:15 斧淵 絵美	BODYJAM 60 20:00~21:00 RIKI		BODYATTACK 60 20:15~21:15 KANA				20:30
21:00								21:00
21:30	調整中	BODYCOMBAT 60 21:15~22:15 今井 学		BODYCOMBAT 60 21:30~22:30 坂田 良介				21:30
22:00			7/30のみ 16:00閉館と させていただきます					22:00
22:30							☺ ← このマークの付いているクラスがカルチャープログラムチケット> の参加対象クラスとなっております。 ※クラブ会員様は通常通り自由にご参加頂けます。	22:30
23:00	トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30	トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30	トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30	トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30				23:00