

	月 (Monday)	火 (Tuesday)	水 (Wednesday)	木 (Thursday)	金 (Friday)	土 (Saturday)	日 (Sunday)	
9:00								9:00
9:30	http://certeza2016.com 代行・祝日スケジュール情報 他 048-990-7220 HPに随時、更新していきます。							9:30
10:00						K-POP リトル 9:30~10:15 有料スクール	😊 ダイエット ピラティス 60 10:00~11:00 今井 沙那恵	10:00
10:30	😊 ヨガ (10/6・20) ウォーキングピラティス (10/13・27) 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	BODYCOMBAT (10/2・16・30) BODYPUMP (10/9・23) 45 10:30~11:15 RIKI	K-POP ジュニアA 10:25~11:15 有料スクール		10:30
11:00			BODYPUMP 60 11:00~12:00 今井 学					11:00
11:30							BODYATTACK 60 11:15~12:15 田村 水紀	11:30
12:00	BODYJAM 60 11:50~12:50 RIKI			BODYPUMP 45 11:35~12:20 芝田 里沙	BODYJAM 60 11:30~12:30 斧淵 絵美	K-POP cover (大人) 11:25~12:25 有料スクール		12:00
12:30			BODYCOMBAT 60 12:15~13:15 今井 学			10/25 ストリートダンスと なります		12:30
13:00	BODYCOMBAT45(10/6) 13:05~13:50 かんたんステップ30(10/13) ストリートダンス基礎30(10/20・27) 13:05~13:35 RIKI			BODYCOMBAT 45 12:35~13:20 芝田 里沙	ストレッチ 30 12:40~13:10 今井 学		BODYJAM 60 12:30~13:30 RIKI	13:00
13:30						お尻トレーニング 60 13:00~14:00 AKANE	😊 ストリートダンス 60 13:45~14:45 RIKI	13:30
14:00					10/25 BODYJAM 13:45~14:45 担当: Gackey			14:00
14:30						BODYATTACK 60 14:15~15:15 三浦 智子		14:30
15:00								15:00
15:30							BODYPUMP 60 15:00~16:00 今井 学	15:30
16:00	通常 休館 日					BODYJAM 60 15:30~16:30 AKANE		16:00
16:30							BODYCOMBAT 60 16:15~17:15 今井 学	16:30
17:00						😊 トータルボディメイキング 45 17:00~17:45 今井 学		17:00
17:30								17:30
18:00								18:00
18:30						LesMiLLS 60 18:00~19:00		18:30
19:00							トレーニング終了 18:30 閉館時間 19:00	19:00
19:30			BODYPUMP(10/7・21) Satoehi BODYATTACK(10/14・28) 45 19:30~20:15	BODYPUMP 30 19:30~20:00 RIKI	BODYCOMBAT30 (10/2・16・30) ストレッチ30 (10/9・23) 19:30~20:00 今井 学			19:30
20:00							トレーニング終了 19:30 閉館時間 20:00	20:00
20:30		BODYJAM 60 20:00~21:00 RIKI		BODYJAM 60 20:15~21:15 RIKI	BODYATTACK 60 20:15~21:15 KANA			20:30
21:00			BODYCOMBAT 45 Satoehi (10/7・21) 細田 森平(10/14・28) 20:30~21:15					21:00
21:30		BODYCOMBAT 60 21:15~22:15 今井 学		BODYCOMBAT 45 21:30~22:15 RIKI	BODYPUMP 60 21:30~22:30 今井 学			21:30
22:00								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参加いただけます。		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