STUDIO SCHEDULE

中川コロナワールド店

FIT-AERO

F.E	Mon（月）	Tue（火）	Wed（水）	Thu（木）	Fri（金）	Sat（土）	Sun（日）
9:00							
10:00	10：00～10：45 chiryong マットピラティス	10：00～10：45 真澄 ステップ初級					
11:00	11：00～11：45 chiryong ソフトストレッチヨガ	11：00～11：45 真澄 Fight Do					
12:00	12：00～12：45 chiryong 代謝アップフローヨガ						
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00			18：00～18：45 真澄 エアロビクス初級				
19:00			19：00～19：45 真澄 ZUMBA				
20:00			20：00～20：45 真澄 Fight Do				
21:00							