







月	火	水	木	金	土	日
5月スケジュール				1	2	3
<p>【お知らせ】</p> <p>*LesMillsプログラム体験会 8(木)・21(木)・31日(日) ①31日(日)BODYPUMPは¥1,000・②その他のプログラムは¥500</p> <p>・6/28(日)Les Mills EVENT ver.Ⅲ・申込スタート!! ・5/23&30(土)キッズ親子ダンス体験会開催!!</p> <p>・BODYPUMPHEAVY・BODYJAM ・マスタークラス ¥1,300 ・45分 ¥1,000(税込) 30分 ¥750(税込)</p>				7:15~8:00 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや	<div style="background-color: red; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> 5月2日~6日迄 別紙をご確認ください。 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> ステップワーク 参加費 ¥1,100 </div>	
				13:15~14:00 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや		
				19:15~20:00 ステップワーク 初級		
				20:15~21:15 LES MILLS BODYATTACK 西内		

4	5	6	7	8	9	10
			19:00~20:30 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	7:15~8:00 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや	8:00~8:45 LES MILLS BODYATTACK 45 まや	12:30~16:30 レンタル
				13:15~13:45 LES MILLS BODYBALANCE 30	9:45~11:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	
				14:00~14:30 LES MILLS BODYCOMBAT 30	14:00~18:00 キッズダンス 『Sprinkle』 SYO	
				17:00~19:00 チアダンス教室 TWINKLE リトル/ジュニア	18:30~20:30 KANAダンスサークル KANA	
				19:15~20:00 エアロ MEGU		
				20:15~21:00 K-POP DANCE MEGU		

11	12	13	14	15	16	17
10:15~11:45 バランスボール エクササイズ 中村	9:00~12:00 スポーツウエルネス吹矢 はりまや支部	10:45~11:45 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや	14:00~14:45 LES MILLS BODYJAM 45 Koki	7:15~8:00 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや	8:00~8:45 LES MILLS BODYATTACK 45 まや	9:30~12:30 Sintex®Tone&Reborn ZUMBA® もりなおフィットネス
19:15~20:45 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	13:00~13:50 ~からだ整うストレッチ~ キラビィ@ハビネス	12:00~12:35 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30	19:00~20:30 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	13:15~14:00 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや	9:45~11:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	13:00~13:45 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや
21:10~21:55 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 45 まや	14:15~15:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	19:30~20:30 LES MILLS BODYATTACK 西内	21:20~21:55 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30	19:15~20:00 エアロ MEGU	14:00~18:00 キッズダンス 『Sprinkle』 SYO	14:00~14:45 LES MILLS BODYATTACK 45 西内
	18:45~19:30 LES MILLS BODYJAM 45 Koki	20:45~21:30 LES MILLS BODYPUMP 45 まや		20:15~21:00 K-POP DANCE MEGU	18:15~19:15 LES MILLS BODYJAM Koki	15:00~15:45 LES MILLS BODYPUMP 45 まや
	19:45~20:30 LES MILLS BODYSTEP 45 まや	21:45~22:30 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや			19:30~21:00 レンタル利用	16:00~16:45 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや
	20:45~21:45 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや					

18	19	20	21	22	23	24
10:15~11:45 バランスボール エクササイズ 中村	9:00~12:00 スポーツウエルネス吹矢 はりまや支部	10:45~11:45 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや	14:00~14:45 LES MILLS BODYJAM テック+30 Koki	7:15~8:00 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや	8:00~8:45 LES MILLS BODYATTACK 45 まや	11:45~12:45 LES MILLS BODYJAM Koki
19:15~20:45 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	13:00~13:50 ~からだ整うストレッチ~ キラビィ@ハビネス	12:00~12:30 LES MILLS BODYPUMP 30	19:00~20:30 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	13:15~13:45 LES MILLS BODYBALANCE 30	9:45~11:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	13:00~14:00 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 45 まや
21:10~21:55 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 45 まや	14:15~15:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	19:30~20:30 LES MILLS BODYATTACK 西内		14:00~14:30 LES MILLS BODYCOMBAT 30	13:15~14:00 親子ダンス体験会 『Sprinkle』 SYO	14:15~15:15 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや
	19:30~20:30 LES MILLS BODYSTEP 45 まや	20:45~21:30 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 45 まや		17:00~19:00 チアダンス教室 TWINKLE リトル/ジュニア	14:00~18:00 キッズダンス 『Sprinkle』 SYO	15:30~16:15 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや
	20:45~21:45 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや	21:45~22:30 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや		19:30~20:30 LES MILLS BODYATTACK 西内	18:30~20:30 KANAダンスサークル KANA	

25	26	27	28	29	30	31
10:15~11:45 バランスボール エクササイズ 中村	9:00~12:00 スポーツウエルネス吹矢 はりまや支部	10:45~11:45 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや	14:00~14:45 LES MILLS BODYJAM 45 Koki	7:15~8:00 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや	8:00~8:45 LES MILLS BODYATTACK 45 まや	9:30~12:30 Sintex®Tone&Reborn ZUMBA® もりなおフィットネス
13:00~13:45 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや	13:00~13:50 ~からだ整うストレッチ~ キラビィ@ハビネス	12:00~12:30 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30	21:20~21:55 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30	13:15~14:00 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや	9:45~11:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	13:00~13:30 LES MILLS BODYSTEP 30
14:00~14:30 LES MILLS BODYBALANCE 30	14:15~15:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	19:30~20:30 LES MILLS BODYATTACK 西内		17:00~19:00 チアダンス教室 TWINKLE リトル/ジュニア	13:15~14:00 親子ダンス体験会 『Sprinkle』 SYO	13:45~14:30 LES MILLS BODYPUMP 45 まや
19:15~20:45 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	18:45~19:30 LES MILLS BODYJAM 45 Koki	20:45~21:30 LES MILLS BODYPUMP 45 まや		19:10~19:55 LES MILLS BODYJAM 45 Koki	14:00~18:00 キッズダンス 『Sprinkle』 SYO	14:45~15:30 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや
21:10~21:55 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 45 まや	19:45~20:30 LES MILLS BODYSTEP 45 まや	21:45~22:30 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや		20:15~21:15 LES MILLS BODYATTACK 西内	18:30~20:30 KANAダンスサークル KANA	15:45~16:45 LES MILLS BODYJAM Koki
	20:45~21:45 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや					