

月	火	水	木	金	土	日
4月スケジュール		1	2	3	4	5
【お知らせ】 ・1コイン体験会 5(日)・9(木)・17(金)・26(日) 赤枠のプログラムは¥500(税込) ※4/5(日)BODYPUMPIは¥1,000(税込) ※4/9(木)BODYJAMは¥750(税込) 4/23(木) BODYJAM無料レッスン ・4/3(金)広島から篠原IRくるよ～ ・4/19(日)Les Mills EVENT ver. II 古岡綾子トレーナー高知八 ・BODYPUMP&HEAVY・BODYJAM ・マスタークラス ¥1,300 ・45分 ¥1,000(税込) 30分 ¥750(税込)		10:45～11:45 LES MILLS BODYBALANCE まや	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	10:00～12:00 ZUMBA® ストレッチ Koki
		12:00～12:30 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30		13:15～13:30 LES MILLS BODYJAM テクニック	9:45～11:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	12:20～13:05 LES MILLS BODYJAM 45 Koki
		19:15～20:15 LES MILLS BODYATTACK 西内・まや	朝活LM 事前予約 ¥1,200 予約なし ¥1,300	13:30～14:15 LES MILLS BODYJAM 45 篠原	14:00～18:00 キッズダンス 『Sprinkle』 SYO	13:25～13:55 LES MILLS BODYSTEP 30
		20:30～21:15 LES MILLS BODYPUMP 45 まや		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	14:10～15:10 LES MILLS BODYPUMP テック+45 まや
		21:30～22:15 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや		19:20～20:30 LES MILLS BODYJAM 篠原		15:25～16:10 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや
6	7	8	9	10	11	12
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 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	WS開催
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 30	19:00～20:30 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	13:15～14:00 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや	9:00～9:45 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 45 まや	
19:15～20:45 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	14:15～15:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	19:15～20:15 LES MILLS BODYATTACK 西内	21:20～22:00 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30	14:15～14:45 LES MILLS BODYCOMBAT 30	14:00～18:00 キッズダンス 『Sprinkle』 SYO	
21:00～21:30 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30	19:30～20:30 LES MILLS BODYSTEP 30 まや	20:30～21:15 LES MILLS BODYPUMP 45 まや		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	
	20:45～21:45 LES MILLS BODYCOMBAT 30 まや	21:30～22:15 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや		19:15～20:00 エアロ MEGU		
13	14	15	16	17	18	19
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 まや	14:00～14:45 LES MILLS BODYJAM 45 Koki	7:15～8:00 LES MILLS BODYBALANCE 45 大崎	8:00～8:45 LES MILLS BODYATTACK 45 大崎	Les Mills EVENT◎ 13:00～14:00 LES MILLS BODYATTACK 古岡・まや
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 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	14:30～15:30 LES MILLS BODYPUMP 古岡・まや
19:15～20:45 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	14:15～15:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	19:15～20:15 LES MILLS BODYATTACK 西内	21:20～22:00 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30	14:00～14:30 LES MILLS BODYCOMBAT 30	14:00～18:00 キッズダンス 『Sprinkle』 SYO	16:00～17:00 LES MILLS BODYCOMBAT 古岡・まや
21:00～21:30 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30	18:35～19:20 LES MILLS BODYJAM 45 Koki	20:30～21:15 LES MILLS BODYPUMP 45 まや		17:00～19:00 チアダンス教室 TWINKLE リトル/ジュニア	18:00～20:00 ZUMBA® + ストレッチ Koki	イベントページを確認ください
	19:30～20:30 LES MILLS BODYSTEP 30 まや	21:30～22:15 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや		19:15～20:00 エアロ MEGU		
20	21	22	23	24	25	26
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 大崎	14:00～14:30 LES MILLS BODYJAM 30	19:10～19:55 LES MILLS BODYJAM 45 Koki	9:45～11:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	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 30	19:00～20:30 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	20:15～21:15 LES MILLS BODYATTACK 西内	14:00～18:00 キッズダンス 『Sprinkle』 SYO	12:45～13:30 LES MILLS BODYJAM 45 Koki
19:15～20:45 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	14:15～15:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	19:15～20:15 LES MILLS BODYATTACK 西内	21:20～22:00 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30		18:30～20:30 KANAダンスサークル KANA	13:50～14:20 LES MILLS BODYSTEP 30
21:00～21:30 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30	19:30～20:30 LES MILLS BODYSTEP 大崎	20:30～21:15 LES MILLS BODYPUMP 45 まや	ステップワーク 参加費 ¥1,100			14:35～15:20 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 45 まや
	20:45～21:45 LES MILLS BODYCOMBAT 大崎	21:30～22:15 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや				15:35～16:20 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや
27	28	29 昭和の日	30			
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	11:30～12:15 LES MILLS BODYATTACK 45 まや	19:30～20:15 ステップワーク 初～中級 西内			
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	12:30～13:15 LES MILLS BODYPUMP 45 まや				
21:00～21:30 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30	14:15～15:15 ZUMBA® キラビィ@ハビネス	13:30～14:15 LES MILLS BODYCOMBAT 45 まや				
	18:35～19:20 LES MILLS BODYJAM 45 Koki	14:30～15:15 LES MILLS BODYJAM 45 Koki				
	19:30～20:30 LES MILLS BODYSTEP 30 まや	15:30～16:30 ZUMBA® MEGU & Koki				
	20:45～21:45 LES MILLS BODYCOMBAT 30 まや	祝日プログラムを確認ください				