

西宮スタジオ レッスンスケジュール

2021年12月

月	火	水	木	金	土	日
11:00 ~ 12:00 アロマキャンドル	11:00 ~ 12:00 アロマキャンドル	11:00 ~ 12:00 ピラティス	11:00 ~ 12:00 エナジー デトックス	11:00 ~ 12:00 ベーシック ホット	10:00 ~ 11:00 アロマキャンドル	11:00 ~ 12:00 アドバンス ホット
13:00 ~ 14:00 アドバンスホット	13:00 ~ 14:00 ベーシック ホット		※16日	13:00 ~ 14:00 アドバンス ホット	11:00 ~ 12:00 ベーシック ホット	13:00 ~ 14:00 シェイプ フロー
		14:00 ~ 15:00 アドバンス ホット	14:30 ~ 15:30 ベーシック ホット		13:00 ~ 14:00 アドバンス ホット	15:00 ~ 16:00 ピラティス
				15:00 ~ 16:00 アロマキャンドル	15:00 ~ 16:00 ベーシック ホット	アドバンス ホット
					メンテナンスデー	28(火)
18:00 ~ 19:00 ベーシック ホット	18:00 ~ 19:00 ベーシック ホット	18:00 ~ 19:00 ウォーム ピラティス	18:00 ~ 19:00 アロマ キャンドル	18:00 ~ 19:00 アドバンス ホット	12/20(月)	11:00 ~ 12:00 アロマ キャンドル
					年末年始のお休み	ベーシック ホット
20:00 ~ 21:00 エナジー デトックス	20:00 ~ 21:00 アドバンス ホット	20:00 ~ 21:00 ベーシック ホット	20:00 ~ 21:00 ピラティス	20:00 ~ 21:00 ベーシック ホット	12/29(水) ~ 1/4(火)	13:00 ~ 14:00 ベーシック ホット
			※16日アドバンス			15:00 ~ 16:00 アドバンス ホット

※ご予約はお一人様、2クラスまで(当日予約は除く)とさせていただきます。