5月 <パーソナル> スケジュール

※全てのレッスンが予約制となります。

## 元住吉スタジオ

※毎週月曜日は休館日

営業 平日: 9:30~22:00 時間 土日: 8:15~17:00 土日: 8:15~17:00

祝日: 8:15~15:00

運動量小クラス:★★ 運動量小~中クラス:★★ 運動量中クラス:★★★

パーソナルレッスン パーソナルレッスン パーソナルレッスン パーソナルレッスン 1日,8日,15日,29日 RIKO 3日,17日,31日 RIKO 4日,11日,18日,25日 RIKO 11:30-12:30 11:30-12:30 11:30-12:30 11:30-12:30 1日,8日,15日,29日 RIKO 3日,17日,31日 RIKO 4日,11日,18日,25日 RIKO パーソナルレッスン 3日,17日,31日 RIKO 15:30-16:30 パーソナルレッスン 4日,11日,18日,25日 RIKO 17:30-18:30 パーソナルレッスン 20日,27日 RIKO 20:00-21:00 パーソナルレッスン yoga spilates YAR D