フィットネスクラブ　ヴィスター 宇和島店　特別スタジオプログラム

2019

	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日
	土曜日	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日
10:00				特	特	特	特	特		
10:30	ZUMBA®45 &ストレッチ （ＭＩＺＵＥ） 10:30～11:30	サーキット （松崎　純也） 10:30～11:30	ヨ ガ ６０ （土居　香奈） 10:30～11:30						ZUMBA®45 &ストレッチ （ＭＩＺＵＥ） 10:30～11:30	オリジナル エアロ60（初級） （松浦　波津子） 10:30～11:30
11:00				別	別	別	別	別		
11:30										
12:00				休	休	休	休	休	正道会館空手 スクール体験会 （山本　陽一） 13:00～14:00	HIPHOP スクール体験会 （K@TO） 13:00～14:00
13:00	ストレッチ（土居） 13:30～13:50	ストレッチ（松崎） 13:30～13:50								
13:30				館	館	館	館	館		
14:00	ピラティス （松浦　波津子） 14:00～15:00	マッスル・コア45 （土居　健太） 14:00～14:45							ヨ ガ ６０ （土居　香奈） 14:30～15:30	ピラティス （松浦　波津子） 14:30～15:30
14:30				日	日	日	日	日		
15:00										
15:30	オリジナル エアロ60 （松浦　波津子） 15:15～16:15								ダブル マッスル・コア （松崎＆土居） 15:45～16:45	フラダンス スクール体験会 （鈴木　美幸） 15:45～16:45
16:00										
16:30										
17:00										