

PRISM レッスンスケジュール										
	朝			昼				夜		
月	10:30~11:20 朝 ストレッチ MAKO	11:30~12:20 初めて ボクササイズ MAKO		13:30~14:20 初めて ダンス MAKO	14:30~15:20 ポテンシャル ヨガ MAKO	レンタルスタジオタイム			19:50~20:40 ボディ ポテンシャル MAKO	20:45~21:55 STYLE ※ HIP HOP TSUYOSHI
火	10:30~11:20 ママ シェイプ NAO/MAKO	11:30~11:50 親子♥ ピクス MAKO		14:00~14:50 リンパ ヨガ MAKO		16:45~17:35 キッズ DANCE I YUKI	17:45~18:35 キッズ DANCE II YUKI			
水	10:30~10:50 ベビー♥ ピクス MISA	11:00~11:50 ママ 骨盤メンテ MAKO		13:30~14:20 スロー 筋トレ MAKO		15:30~16:20 幼児 体操教室 NAO	16:30~17:20 小学生 体操塾 NAO	17:30~18:20 小学生 基礎ダンス MAKO	19:15~20:05 男性のための ボディメンテ MAKO	
木	10:30~11:20 ピラティス AYA/MAKO	レンタルスタジオタイム				16:00~16:50 幼児 基礎ダンス MAKO	17:00~17:50 中学生 ダンス塾 MAKO		19:40~20:30 ボクササイズ MAKO	
金	10:30~11:20 朝ヨガ MAKO		14:00~14:50 ボクササイズ MAKO	15:30~16:20 大人※ バレエ さあな	16:30~17:20 キッズ※ シアター さあな		19:00~19:50 ポテンシャル ヨガ MAKO	20:00~20:50 初めて フラ EMIKO		
土		11:00~11:50 ポール体操 MAKO	12:30~13:20 キッズ ピアノ 徳満	13:30~14:20 幼児 リトミック 徳満	15:30~16:20 美ボディ ワーク MAKO	17:00~17:50 中学生 ダンス塾 MAKO	♥印のレッスンは無料です。 ※印のレッスンは値段が変わります。			

2020.10月～ フィットネススタジオ PRISM