

B-KickX Schedule/4月スケジュール

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜				
7:00											
8:00			<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> パーソナルレッスン (ボディメイク、キックB、ストレッチ等)専用時間 </div>								
9:00	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> パーソナル レッスン (ボディメイク、 キックB、 ストレッチ等) 専用時間 </div>	10:00									
10:00		健康キックボクシング(武藤)									
11:00		健康キックボクシング(武藤)							11:00	●MOCO ダイエットピラティス	5日、19日 武藤 健康キックボクシング
12:00				12:00	●チャンピオンの 初心者キックボクシング(笹谷)	●MOCO 骨盤ヨガ					
13:15			●コアトレーニング+Qren								
14:20											
15:20	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> パーソナルレッスン 優先時間 </div>										
16:00											
17:00											
18:00											
	18:45	18:45	18:45	18:45	18:45						
18:45	1日、15日TAKAYO ●美キックE	8日、22日YOKO ●美脚ヨガ	9日、23日 KEIKO ●美キックE	2日、16、 Nao ●美姿勢ピラティス	●チャンピオンの 初心者キックボクシング(笹谷)	●ヨシ美ボディメイク 「美尻」トレーニング	●内村 初心者キックボクシング				
20:00	1日、22日 レオ ●キックボクシング	8日、15日 ●磯崎 美ボディ	●KEIKO 「くびれエクササイズ」	2日、16日 KENZO ●キックボクシング	10日、24日 ●暗闇燃焼ミットクラス	3日、17日 ●コアトレ+Qren	●ヨシ先生 美ューティー キャンプ				
21:00											
	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> パーソナルレッスン(ボディメイク、キックB、ストレッチ等)優先時間 </div>										

6、20日武藤
●初心者キック

- * パーソナルトレーニングの状況により、フリートレーニングを制限させて頂く場合があります。
- * スケジュール、内容確認、当日参加など お気軽に お問い合わせ下さい。レッスン内容が変更する場合があります。
- * パーソナルレッスンは、日曜・祝日、営業時間外でも 受け付けております。ご都合の良い時間を、ご相談下さい。
- * 同じクラスでも レッスン開始時間に変更する日がありますので、HPスケジュールにて開始時間をご確認 お願いします。