

# 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	日曜日					
7:00	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> <b>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</b> </div>										
8:00											
9:00											
10:00											
11:00											
11:00			11:00 ●MOCO ダイエットピラティス	●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		●燃焼クラス									
14:20	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> <b>パーソナルレッスン 優先時間</b> </div>										
15:20											
16:00											
17:00											17:00 キックボクシング
18:00											18:30
18:45	18:45	18:45	18:45	19:00							
18:45	●麦茶先生 初心者キックボクシング 13、27日 KEIKO 「くびれエクササイズ」	●6、20日 KENZO ●キックボクシング	●チャンピオンの 初心者キックボクシング(笹谷)	●ワタル先生 「美尻」トレーニング	●内村 初心者キックボクシング	●キックボクシング					
20:00	●麦茶先生 初心者キックボクシング 13、27日 KEIKO ●暗闇 美キックE	●6、20日 KENZO ●キックボクシング	●燃焼ミットクラス(笹谷) (高強度インターバルトレーニング)	●ワタル先生 美ボディメイク	●キックボクシング						
21:00											
<div style="border: 2px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>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</b> </div>											

- \* 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。