

ミナクル70 10月タイムスケジュール

時間	月曜日	火曜日	水曜日	金曜日	土曜日	日曜日/祝日	時間
10							10
11	10:30~11:15 ヨガセラピー 藤田 45	10:30~11:15 ボディパンプ 小野 45	10:30~11:15 フラダンス ナ・レイ・プ・アラニ講師 45	10:30~11:15 ピラティス 伊藤 45	10:30~11:15 リラクゼーション ヨガ 伊藤 45		11
12	11:35~12:20 ピラティス 舟山 45	11:35~12:20 ボディコンバット 小野 45	11:35~12:20 re:style rina 45	11:35~12:20 ハタヨガ 笹島 45	11:35~12:20 ボディパンプ 小野 45		12
13		12:40~13:25 リトモス 笹島 NEW 45	12:40~13:25 ヒップホップ rina 45	12:40~13:25 リトモス 笹島 45	12:40~13:25 ボディコンバット 小野 NEW 45	当面の間 第2、第4のみ 再開します	13
14	14:00~14:45 エンジョイエアロ 川崎 45	13:45~14:30 ハタヨガ 笹島 変更 45	13:45~14:30 ZUMBA 上田 45	14:00~14:45 ポル・ド・ブラ 清家 45	14:00~14:45 ヒップホップ 前井 変更 45		14
15	15:05~15:50 リトモス 川崎 45	15:00~15:30 ストレッチ 金岡 NEW 30	14:50~15:35 ピラティス 青木 45	15:05~15:50 ベーシック エアロ45 清家 45	15:05~15:50 ダンスエアロ 前井 変更 45		15
16	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 15%;">初心者おすすめ プログラム</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 15%;">初級者おすすめ プログラム</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 15%;">初中級者おすすめ プログラム</div> <div style="text-align: center;"> <p>NEW 新プログラム・新インストラクター</p> <p>変更 時間・担当変更など</p> </div> </div>						16
17							17
18							18
19	18:30~19:15 フラダンス 竹澤(康) 45	18:30~19:15 ピラティス 青木 NEW 45	19:00~19:45 ダンスエアロ 前井 NEW 45	18:30~19:15 ベーシック エアロ45 川崎 NEW 45			19
20	19:30~20:15 ヨガ メハック 45	19:30~20:15 ボディパンプ 小野 NEW 45	20:00~20:45 ヒップホップ 前井 NEW 45	19:30~20:15 リトモス 川崎 NEW 45			20
21	20:30~21:15 初めての空手 武奨館 吉村道場 吉村 川端 45	20:30~21:15 ボディコンバット 小野 NEW 45	20:30~21:15 ZUMBA 前井 NEW 45	20:30~21:15 ZUMBA MICHIKO 変更 45		ボディパンプ/新曲月間 ボディコンバット/新曲月間 リトモス/新曲月間	21