

To Be Healthy Schedule



To Be Healthy
Fitness Studio

TIME	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
9:00	健康体操教室 ※60歳以上	ソフトテニス 9:00~10:30				バラエティ 週替わり
11:00	ヨガ オカエリ	10:00~ Coreヨガ RIE	BOXING みやむら	筋トレ みやむら	サーキット みやむら	たいそう教室 (小学生)
13:00	BOXING みやむら		スポーツ みやむら	BOXING みやむら	バレトン RIE	たいそう教室 (幼児) 14:00~
15:00					たいそう教室 (幼児)	たいそう教室 (小学生)
16:00		たいそう教室 (幼児)	たいそう教室 (幼児)		たいそう教室 (小学生)	
17:00	キッズダンス (小学生)	たいそう教室 (小学生)	たいそう教室 (小学生)	キッズダンス (小学生)		
18:00				キッズダンス (中学生)	ソフトテニス スクール 19:00~20:30	
19:00	DANCE(第2・4) EMIRI		RIE	19:10~ Coreヨガ(第1・3・5) バレトン(第2・4)		

※赤枠はキッズスクールです。