

2019年6月レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
★幼児トランポリン：小学生以下の45分間のクラス1,000円（税込） ★小学生トランポリン：大人と同じような内容で行う小学生限定クラス 1,000(税込) ★ダイエット栄養学：ダイエットに必要な簡単な座学です					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10:30 小学生トランポリン	10:30～シルク	12:15楽しくジャンプ E	10:00～シルク		10:30～からだパービューティ	
11:45～脂肪燃焼ジャンプ るみ		13:15～シルク	11:15脂肪燃焼ジャンプ るみ	16:00～楽しくジャンプ E	11:30～シルク	
19:00 暗闇ジャンプERIKA		16:00～からだパービューティ	19:00 暗闇ジャンプ 梅澤	17:00～シルク	18:30 暗闇ジャンプ	
20:00～シルク	20:00～ダイエット栄養学		20:00～リラックスヨガ			
10	11	12	13	14	15	16
10:30脂肪燃焼ジャンプ るみ	10:30～シルク	12:15楽しくジャンプ E	10:00～シルク		10:30 幼児トランポリン	
		13:15～シルク	11:15脂肪燃焼ジャンプ るみ	16:00～楽しくジャンプ るみ	13:00～シルク	
19:00 暗闇ジャンプERIKA		16:00～からだパービューティ	19:00 暗闇ジャンプ 梅澤	17:00～シルク	14:00～楽しくジャンプ	
20:00～シルク			20:00～リラックスヨガ		18:30 暗闇ジャンプ	
					19:30～ヨガ	
17	18	19	20	21	22	23
10:30脂肪燃焼ジャンプ るみ	10:30～シルク	12:15楽しくジャンプ E	10:00～シルク		10:30～からだパービューティ	
13:30～ダイエット栄養学		13:15～シルク	11:15脂肪燃焼ジャンプ るみ	16:00～楽しくジャンプ E	11:30～シルク	
19:00 暗闇ジャンプERIKA		16:00～からだパービューティ	19:00 暗闇ジャンプ 梅澤	17:00～シルク	18:30～シルク	
		19:30～シルク	20:00～リラックスヨガ		19:30～ヨガ	
24	25	26	27	28	29	30
10:30脂肪燃焼ジャンプ るみ	10:30～シルク	12:15楽しくジャンプ E	10:00～シルク			
		13:15～シルク	11:15脂肪燃焼ジャンプ るみ	16:00～楽しくジャンプ E		
19:00 暗闇ジャンプERIKA		16:00～からだパービューティ	19:00 暗闇ジャンプ 梅澤	17:00～シルク		
20:00～シルク		19:30～シルク	20:00～リラックスヨガ			