

2019年11月レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
★11月10日(日) 10:30～キッズトランポリン 1000円(税込) ★11月1日(金) 19:30～ / 23日(土) 10:30～ 食べ方を変えるだけ！マイナス2キロのダイエット講座 500円(税別)				1 11:45～からだバービューティ 16:00 楽しくジャンプ梅澤 19:30 食べ方を変えるだけ！ -2キロのダイエット講座	2 500円	3
4 500円	5 10:30～シルク 500円	6 12:15 楽しくジャンプ 梅澤 13:15～シルク	7 11:15脂肪燃焼ジャンプ るみ 12:15～シルク	8 10:30マタニティヨガ 里実 11:45～からだバービューティ	9 10:30～ヨガ 里実 11:45楽しくジャンプ 里実 19:00 暗闇ジャンプ 梅澤 20:00からだバービューティ	10 10:30 キッズ トランポリン
11 500円	12 10:30～シルク 15:30キッズヨガ 里実 18:30 法人レッスン	13 16:00～からだバービューティ	14 11:15脂肪燃焼ジャンプ るみ 19:00 暗闇ジャンプ 梅澤 20:00～シルク	15 15:00 楽しくジャンプ梅澤	16 10:30～ヨガ 里実 11:45楽しくジャンプ 里実 13:00～からだバービューティ 19:00 暗闇ジャンプ るみ	17 500円
18 10:30 脂肪燃焼ジャンプ るみ 19:00 初級暗闇ジャンプ 里実 20:10～陰ヨガ 里実	19 10:30～シルク 18:00 法人レッスン	20 10:30 親子ヨガ 里実 12:15 楽しくジャンプ 里実 13:15～シルク 19:00 暗闇ジャンプ 梅澤 20:00～シルク	21 11:15脂肪燃焼ジャンプ るみ 12:15～シルク	22 11:45～からだバービューティ 16:00 楽しくジャンプ梅澤	23 10:30 食べ方を変えるだけ！ -2キロのダイエット講座 11:30～シルク	24
25 10:30 脂肪燃焼ジャンプ るみ 19:00 初級暗闇ジャンプ 里実 20:10～陰ヨガ 里実	26 10:30～シルク 18:30 法人レッスン 20:00 暗闇ジャンプ 梅澤	27 500円 12:15 楽しくジャンプ 里実 13:15～シルク 16:00～からだバービューティ 19:00 法人レッスン	28 11:15脂肪燃焼ジャンプ るみ 12:15～シルク 19:00 暗闇ジャンプ 梅澤 20:00～シルク	29 11:45～からだバービューティ 16:00 楽しくジャンプ梅澤	30 10:30～ヨガ 里実 11:45楽しくジャンプ 里実 19:00脂肪燃焼ジャンプ るみ	