

# BRORGYMレッスンスケジュール(2022.8月～)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
8:00—							
9:00—							
10:00—							
11:00—	パワーヨガ 10:30-11:30 Ayano	バレエに繋がる基礎トレ 10:30-11:15 森中浅佐美	パワーヨガ 10:30-11:30 kotoe	ベリーダンス初級 10:30-11:30 Firuze	バレエ初級(一般) 10:30-11:30 mayumi		ベーシックヨガ(女性専用) 10:30-11:30 miki
12:00—	マットピラティス 12:00-13:00 Ayano	バレエ初級(一般) 11:45-12:45 森中浅佐美	マットピラティス 12:00-13:00 kotoe				ストレッチヨガ 12:00-13:00 miki
13:00—							
14:00							ベーシックヨガ 13:30-14:30 arisa
15:00—	ボディメイクヨガ 15:00-16:00 Ayano	アロマヨガ 15:00-16:00 RITSUKO	バレエ初級(一般) 14:00-15:00 森中浅佐美				
16:00—							
17:00—							
18:00—	キッズバレエ(幼児) 18:00-18:45 浦富愛莉	キッズ英会話(幼児) 17:30-18:15 Kumata		キッズバレエ(児童) 17:30-18:30 浦富愛莉			
19:00—							
20:00—	マットピラティス 19:00-20:00 Ayano		ベーシックヨガ 19:30-20:30 kotoe	ボディメイクヨガ 20:00-21:00 arisa		デトックスヨガ 20:00-21:00 Tiam	
21:00—		ボディメイクヨガ 20:30-21:30 Tiam/Firuze					
22:00—							

