

# BRORGYMレッスンスケジュール(2023.9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—	パワーヨガ 10:00-11:00 RITSUKO	バレエ初級(一般) 10:30-11:30 mayumi	パワーヨガ 10:30-11:30 kotoe		バレエ初級(一般) 10:30-11:30 mayumi	ヨガ&ピラティス 10:30-11:30 kotoe	ベーシックヨガ 10:30-11:30 Tiam
11:00—							
12:00—	機能改善ヨガ 12:00-13:00 risa		マットピラティス 12:00-13:00 kotoe			コアストレッチヨガ 12:00-13:00 risa	ベーシックヨガ 12:00-13:00 Tiam
13:00—							
14:00—							
15:00—	ボディメイクヨガ 15:00-16:00 mai						
16:00—							
17:00—			キッズバレエ(児童) 17:00-18:00				
18:00—			キッズバレエ(幼児) 18:00-19:00 浦富愛莉				
19:00—	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 19:30-20:30 mai	デトックスヨガ 20:00-21:00 Tiam	
20:00—		ボディメイクヨガ 20:30-21:30 Tiam					
21:00—							
22:00—							

