



# SMILEFIT24 SMILESTUDIO☺



日	月	火	水	木	金	土
			1 15:00~ スマイルフラ 長谷川IR 19:00~ 脂肪燃焼ヨガ MEI IR	2 休	3 10:30~ エアロ(初中級) 平井IR	4 13:30~ カラダ引締& ストレッチ 酒井IR
5	6 10:30~ 朝りセットヨガ 安田IR 19:00~ HIPHOPダンス MEGUIR	7 10:30~ エアロ(初級) 二川IR 19:00~ カラダ引締& ストレッチ 酒井IR	8 19:00~ 脂肪燃焼ヨガ MEI IR	9 休	10 13:30~ ストレッチヨガ 安田IR	11 休
12 10:30~ エアロダンス 安田IR	13 17:15~ リラックスヨガ 大井IR 19:00~ HIPHOPダンス MEGUIR	14 13:30~ 代謝アップヨガ MEI IR 19:00~ カラダ引締& ストレッチ 酒井IR	15 15:00~ スマイルフラ 長谷川IR 19:00~ 脂肪燃焼ヨガ MEI IR	16 休	17 10:30~ エアロ(初中級) 平井IR	18 13:30~ 脂肪燃焼ヨガ MEI IR
19	20 10:30~ 朝りセットヨガ 安田IR 19:00~ HIPHOPダンス MEGUIR	21 10:30~ エアロ(初級) 二川IR 19:00~ カラダ引締& ストレッチ 酒井IR	22 19:00~ 脂肪燃焼ヨガ MEI IR	23 休	24 13:30~ ストレッチヨガ 安田IR	25
26 13:30~ 美脚美尻骨盤ヨガ® AKEMI IR	27 17:15~ リラックスヨガ 大井IR 19:00~ HIPHOPダンス MEGUIR	28 13:30~ 代謝アップヨガ MEI IR 19:00~ カラダ引締& ストレッチ 酒井IR				