

# バタフライライフ川西店

## 8月 ライフビジョンスケジュール

	月	火	水	木	土	日・祝
10:15	キックアップ&スウェットオフ	ステップ&スカルプトインターバル*	ヨガーローワーボディ	キックインブートキャンプ	バット&ガッツ	リラクサアロマヨガ
10:45	ピラティス オンザ・フロー	シズリング・サルサ	バット&ガッツ	ロングアンドリーン	バーン&ファーム ピラティス	カーディオパンチ
11:15	ABC アームスパックチェスト	ヨガーポーズズ	リラクサアロマヨガ	ディスカバリーヨガ	スーパーマーケットスマート	ボールピラティス2
11:45	<p style="text-align: center;"><b>close (12:00~14:00)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>time</b></p> 				ムベリン・アントゲルベリン	ヨガーローワーボディ
12:15					ディスカバリーヨガ	シンプルステップिंग
12:45					カーディオパンチ	ロングアンドリーン
13:15					スーパーマーケットスマート	ポーションアウェアネス
13:45					ボールピラティス2	キックアップ&スウェットオフ
14:15					バーン&ファーム ピラティス	シンプルステップिंग
14:45	ロングアンドリーン	ディスカバリーヨガ	バット&ガッツ	ピラティス オンザ・フロー	シズリング・サルサ	ロー&ゴー
15:15	リラクサアロマヨガ	ロー&ゴー	フルボディブラスト	キックアップ&スウェットオフ	ヨガーローワーボディ	ステップ&スカルプトインターバル*
15:45	ムベリン・アントゲルベリン	ボールピラティス2	シンプルステップिंग	バーン&ファーム ピラティス	オンザステップ	フルボディブラスト
16:15	リードラベル	スーパーマーケットスマート	ポーションアウェアネス	リードラベル	スーパーマーケットスマート	ポーションアウェアネス
16:45	ステップ&スカルプトインターバル*	フルボディブラスト	ABC アームスパックチェスト	ムベリン・アントゲルベリン	ピラティス オンザ・フロー	シズリング・サルサ
17:15	ヨガーポーズズ	キックアップ&スウェットオフ	バーン&ファーム ピラティス	ボールピラティス2	キックインブートキャンプ	ABC アームスパックチェスト
17:45	オンザステップ	バット&ガッツ	ロー&ゴー	フルボディブラスト	ロングアンドリーン	<p style="text-align: center;"><b>Close time (18:00~)</b></p> 
18:15	リードラベル	スーパーマーケットスマート	ポーションアウェアネス	リードラベル	スーパーマーケットスマート	
18:45	ボールピラティス2	ピラティス オンザ・フロー	ロングアンドリーン	シンプルステップिंग	フルボディブラスト	
19:15	ディスカバリーヨガ	オンザステップ	ヨガーポーズズ	バット&ガッツ	ステップ&スカルプトインターバル*	
19:45	キックインブートキャンプ	ABC アームスパックチェスト	シズリング・サルサ	ヨガーローワーボディ		

<2017年8月イベント等の案内>

①体幹トレ8月5日(土)、26日(土) 11時15分~になります。

②夜ヨガ 8月7日(月) 19時15分~

③フラダンス8月3日(木) 11時15分~

④8月11日~8月14日まで夏季休暇になります。