

# バタフライライフ川西店

## 11月 ライフビジョンスケジュール

	月	火	水	木	土	日・祝
10:15	アスレチックステップ	バーン&トーン	ピラティス オンザ・フロー	ディスコアゴーゴ	ロングアンドリーン	リラクサアロマヨガ
10:45	バーン&ファーム ピラティス	バラエティパック	ステップ& スカルトインターバル*	ボールピラティス2	ステップパーティー	ベーシックエアロ& ヨガポーズ
11:15	コアチャレンジ	ディスカバリーヨガ	リラクサアロマヨガ	ヨギーミッドセクション	スーパーマーケット スマート	ロングアンドリーン
11:45	<p style="text-align: center;"><b>close (12:00~14:00)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>time</b></p> 				バーン&トーン	コアコントロール
12:15					カーディオパンチ	バラエティパック
12:45					ピラティス オンザ・フロー	コアチャレンジ
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					ステップ& スカルトインターバル*	オンザステップ
14:15					ヨギーTOTALボディ	アスレチックステップ
14:45	ロングアンドリーン	バーン&ファーム ピラティス	コアチャレンジ	ディスカバリーヨガ	イージーキック& ジャブ	カーディオパンチ
15:15	リラクサアロマヨガ	ベーシックエアロ& ヨガポーズ	ヨギーミッドセクション	カーディオパンチ	コアコントロール	バーン&トーン
15:45	イージーキック& ジャブ	ステップ& スカルトインターバル*	ステップパーティー	ピラティス オンザ・フロー	ディスコアゴーゴ	ヨギーTOTALボディ
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	ボールピラティス2	ヨギーTOTALボディ	バーン&トーン	アスレチックステップ	ヨギーミッドセクション	イージーキック& ジャブ
17:15	コアコントロール	カーディオパンチ	ディスカバリーヨガ	ロングアンドリーン	オンザステップ	ステップ& スカルトインターバル*
17:45	オンザステップ	コアチャレンジ	ベーシックエアロ& ヨガポーズ	ヨギーTOTALボディ	ボールピラティス2	<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	バーン&トーン	ピラティス オンザ・フロー	ボールピラティス2	イージーキック& ジャブ	ディスカバリーヨガ	
19:15	ヨギーミッドセクション	ステップパーティー	コアコントロール	ステップ& スカルトインターバル*	コアチャレンジ	
19:45	バラエティパック	ロングアンドリーン	アスレチックステップ	バーン&ファーム ピラティス		

### <2018年11月イベント等の案内>

- ①夜ヨガ 11月12日(月) 19時15分~
- ②フラダンス 11月1日(木) 11時15分~
- ③体幹トレ 11月10日(土) 17日(土) 11時15分~になります。

※11月3日(土)は特別スケジュールになります