

バタフライライフ川西店

12月 ライフビジョンスケジュール

	月	火	水	木	土	日・祝
10:15	ボールピラティス2	ヨガミッドセクション	バーン&トーン	ローワー ボディフォーカス	ステップ& スカルプトインターバル*	リラクサアロマヨガ
10:45	キックアップ&ス ウェットオフ	バット&ガッツ	ロー&ゴー	ロングアンドリー	バラエティパック	バット&ガッツ
11:15	ジェントルストレッチ	オンザステップ	リラクサアロマヨ ガ	ステップパーティー	スーパーマーケット スマート	ピラティス オンザ・フロア
11:45	<div style="text-align: center;"> <p>close (12:00~14:00)</p> <p>time</p>  </div>				ディスカバリーヨガ	キックアップ&ス ウェットオフ
12:15					アスレチックステッ プ	ステップ& スカルプトインターバル*
12:45					ボールピラティス2	ロー&ゴー
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					コアコントロール	バーン&トーン
14:15					ピラティス オンザ・フロア	ロー&ゴー
14:45	ステップパーティー	ボールピラティス2	アスレチックステッ プ	バット&ガッツ	ジェントルストレッチ	ラテングループ
15:15	リラクサアロマヨ ガ	バラエティパック	ローワー ボディフォーカス	オンザステップ	バーン&トーン	ヨガミッドセク ション
15:45	バーン&トーン	ディスカバリーヨガ	キックアップ&ス ウェットオフ	ジェントルストレッチ	ステップパーティー	ボールピラティス2
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	カーディオパンチ	ロングアンドリー	ピラティス オンザ・フロア	ロー&ゴー	ローワー ボディフォーカス	オンザステップ
17:15	ローワー ボディフォーカス	アスレチックステッ プ	ステップ& スカルプトインターバル*	ディスカバリーヨガ	バット&ガッツ	コアコントロール
17:45	バット&ガッツ	コアコントロール	ラテングループ	バーン&トーン	キックアップ&ス ウェットオフ	<div style="text-align: center;"> <p>Close time (18:00~)</p>  </div>
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	ディスカバリーヨガ	バーン&トーン	ヨガミッドセク ション	カーディオパンチ	ロングアンドリー	
19:15	ロー&ゴー	ジェントルストレッチ	オンザステップ	ボールピラティス2	ピラティス オンザ・フロア	
19:45	ステップ& スカルプトインターバル*	キックアップ&ス ウェットオフ	バット&ガッツ	コアコントロール		

<2018年12月イベント等の案内>

- ①夜ヨガ 12月10日(月) 19時15分~
- ②フラダンス 12月6日(木) 11時15分~
- ③体幹トレ 12月1日(土) 15日(土) 11時15分~になります。

※12月24日(月)は特別スケジュールになります。

★クリスマス抽選会12月10日~18日★

★年末年始休暇期間★

★12月28日(金)~1月4日(金)★