

# バタフライライフmina津田沼店

## 11月 ライフビジョンスケジュール

Tel.047-471-8851

	火	水	木	金	土	日・祝
10:00	メタボリズム マジック	コントロール クレイ ビングス	イントロダクション	メタボリズム マジック	コントロール クレイ ビングス	イントロダクション
10:15	フルボディプラスト	カリエンテダンス	ボールピラティス2	ステップ イット・アップ	ヨガポーズ	ロングアンドリーン
10:45	ロングアンドリーン	ヨガミッドセクション	カーディオキックス	ピラティス お・ザ・707-	ストレッチ・アンド スカルプト	アルタマットカーディ オボール
11:15	アルタマットカーディ オボール	ストレッチ・アンド スカルプト	ディスカバリーヨガ	ボールピラティス2	プーティーキック ステップ	ピラティス お・ザ・707-
11:45	ピラティス お・ザ・707-	プーティーキック ステップ	ロングアンドリーン	カーディオキックス	ヨガミッドセクション	ストレッチ・アンド スカルプト
12:15	ボールピラティス2	ヨガポーズ	プーティーキック ステップ	ディスカバリーヨガ	ロングアンドリーン	カリエンテダンス
12:45	カリエンテダンス	ボールピラティス2	フルボディプラスト	ストレッチ・アンド スカルプト	ステップ イット・アップ	ヨガポーズ
13:15	ディスカバリーヨガ	ステップ イット・アップ	ストレッチ・アンド スカルプト	アルタマットカーディ オボール	フルボディプラスト	ボールピラティス2
13:45	コントロール クレイ ビングス	イントロダクション	メタボリズム マジック	コントロール クレイ ビングス	イントロダクション	メタボリズム マジック
14:00					ボールピラティス2	カーディオキックス
14:30					カリエンテダンス	フルボディプラスト
15:00					ディスカバリーヨガ	ロングアンドリーン
15:30					ストレッチ・アンド スカルプト	ステップ イット・アップ
16:00	イントロダクション	メタボリズム マジック	コントロール クレイ ビングス	イントロダクション	メタボリズム マジック	コントロール クレイ ビングス
16:15	カーディオキックス	ディスカバリーヨガ	ロングアンドリーン	フルボディプラスト	プーティーキック ステップ	ヨガミッドセクション
16:45	ヨガポーズ	ボールピラティス2	カーディオキックス	ロングアンドリーン	ピラティス お・ザ・707-	ストレッチ・アンド スカルプト
17:15	ストレッチ・アンド スカルプト	アルタマットカーディ オボール	ヨガミッドセクション	カリエンテダンス	ロングアンドリーン	プーティーキック ステップ
17:45	プーティーキック ステップ	ヨガポーズ	ストレッチ・アンド スカルプト	ピラティス お・ザ・707-	ステップ イット・アップ	ディスカバリーヨガ
18:15	フルボディプラスト	ロングアンドリーン	アルタマットカーディ オボール	ストレッチ・アンド スカルプト	ヨガポーズ	ボールピラティス2
18:45	ボールピラティス2	カリエンテダンス	ヨガポーズ	プーティーキック ステップ	ボールピラティス2	アルタマットカーディ オボール
19:15	ステップ イット・アップ	フルボディプラスト	ボールピラティス2	ヨガミッドセクション	カーディオキックス	ピラティス お・ザ・707-
19:45	ヨガミッドセクション	ストレッチ・アンド スカルプト	ステップ イット・アップ	ボールピラティス2	ディスカバリーヨガ	ロングアンドリーン
20:15	ロングアンドリーン	カーディオキックス	ピラティス お・ザ・707-	アルタマットカーディ オボール	ストレッチ・アンド スカルプト	カリエンテダンス
20:45	メタボリズム マジック	コントロール クレイ ビングス	イントロダクション	メタボリズム マジック	コントロール クレイ ビングス	イントロダクション