

# バタフライライフ川西店

## 9月 ライフビジョンスケジュール

	月	火	水	木	土	日・祝
10:15	ジェントルストレッチ	ステップパーティー	シンプルステップ ング	バンド チャレンジ	イージーキック& ジャブ	リラクサアロマヨガ
10:45	ディスコアゴーゴー	ストレッチ・ア ンド scalp	ロングアンドリー ン	ディスカバリー ヨガ	ヨガーローワー ボディ	コアチャレンジ
11:15	ステップ& scalp インターバル	バーン&ファ ーム ピラティス	リラクサアロマ ヨガ	ロー&ゴー	スーパーマーケ ット スマート	ベーシックエア ロ& ヨガポーズ
11:45	<div style="text-align: center;"> <p><b>close (12:00~14:00)</b></p> <p><b>time</b></p>  </div>				バンド チャレンジ	リラクサアロマ ヨガ
12:15					ジェントルス トレ チ	ステップ& scalp インターバル
12:45					ステップ パ ー ティ	イージーキック & ジャブ
13:15					スーパーマーケ ット スマート	ポーシ ョ ン ア ウ エ ア ネ ス
13:45					ヨガ ー ト ー タ ル ボ ディ	ロー&ゴー
14:15					ステップ パ ー ティ	ロング ア ン ド リー ン
14:45	バンド チャ レン ジ	ヨガ ー ロ ー ワ ー ボ ディ	ス テ ッ チ ・ ア ン ド scalp	シ ン プ ル ス テ ッ ピ ン グ	ス テ ッ チ ・ ア ン ド scalp イン タ ー バ ル	ス テ ッ チ ・ ア ン ド scalp
15:15	リラク サ ア ロ マ ヨ ガ	ベ リ ー ダ ン ス	ス テ ッ チ ・ ア ン ド scalp	ジ ェ ン ト ル ス ト レ ッ チ	デ ィ ス カ バ リ ー ヨ ガ	オ ン ザ ス テ ッ プ
15:45	ロー & ゴー	バ ン ド チャ レ ン ジ	バ ー ン & フ ァ ー ム ピ ラ ティ ス	コ ア チャ レ ン ジ	デ ィ ス コ ア ゴ ー ゴ ー	バ ー ン & フ ァ ー ム ピ ラ ティ ス
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 エ 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 エ ア ネ ス
16:45	ス テ ッ チ ・ ア ン ド scalp	デ ィ ス カ バ リ ー ヨ ガ	ロー & ゴー	ベ ー シ ック エア ロ & ヨ ガ ポ ーズ	コ ア チャ レ ン ジ	バ ン ド チャ レ ン ジ
17:15	オ ン ザ ス テ ッ プ	コ ア チャ レ ン ジ	ヨ ガ ー ロ ー ワ ー ボ ディ	ス テ ッ チ ・ ア ン ド scalp	ピ ラ ティ ス ホ ン ザ ・ フ ォ ー	ジ ェ ン ト ル ス ト レ ッ チ
17:45	ヨ ガ ー ト ー タ ル ボ ディ	シ ン プ ル ス テ ッ ピ ン グ	ス テ ッ チ ・ ア ン ド scalp イン タ ー バ ル	ベ リ ー ダ ン ス	ロ ン グ ア ン ド リー ン	<div style="text-align: center;"> <p><b>Close time (18:00~)</b></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 エ ア ネ ス	リー ド ラ ベ ル	ス ー パ ー マ ー ケ ット ス マ ー ト	
18:45	コ ア チャ レ ン ジ	ジ ェ ン ト ル ス ト レ ッ チ	デ ィ ス コ ア ゴ ー ゴ ー	ロ ン グ ア ン ド リー ン	ス テ ッ チ ・ ア ン ド scalp	
19:15	ベ ー シ ック エア ロ & ヨ ガ ポ ーズ	ロー & ゴー	バ ン ド チャ レ ン ジ	バ ー ン & フ ァ ー ム ピ ラ ティ ス	シ ン プ ル ス テ ッ ピ ン グ	
19:45	ピ ラ ティ ス ホ ン ザ ・ フ ォ ー	ス テ ッ チ ・ ア ン ド scalp イン タ ー バ ル	ヨ ガ ー ト ー タ ル ボ ディ	オ ン ザ ス テ ッ プ		

<2020年9月イベント等の案内>

①夜ヨガ 9月7日(月) 19時15分~

注意:新型コロナウイルス対策として、リラクサアロマヨガと夜ヨガは、8名限定とします。(予約制)

②9月21日(祝月)、22日(祝火)は特別スケジュールになります。

③フラダンス 9月3日(木)11時15分~