

バタフライライフmina津田沼店

8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	コアコントロール	カーディオキックス	ABC	ディスコアゴーゴー	ローワー ボディフォーカス	ボールピラティス2
10:45	ボールピラティス2	ジェントルストレッチ	オンザステップ	ヨガミッドセクション	バンドチャレンジ	ディスコアゴーゴー
11:15	ブーティーキック ステップ	バンドチャレンジ	ピラティス お・サ・707-	ABC	アルタマットカーディオ ボール	ヨガミッドセクション
11:45	ヨガミッドセクション	アルタマットカーディオ ボール	ボールピラティス2	オンザステップ	ジェントルストレッチ	ABC
12:15	ABC	ローワー ボディフォーカス	アルタマットカーディオ ボール	ピラティス お・サ・707-	ボールピラティス2	カーディオキックス
12:45	カーディオキックス	ABC	コアコントロール	バンドチャレンジ	ディスコアゴーゴー	ローワー ボディフォーカス
13:15	ピラティス お・サ・707-	ディスコアゴーゴー	バンドチャレンジ	ブーティーキック ステップ	コアコントロール	バンドチャレンジ
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					ABC	アルタマットカーディオ ボール
14:30					カーディオキックス	コアコントロール
15:00					ピラティス お・サ・707-	ボールピラティス2
15:30					バンドチャレンジ	オンザステップ
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	アルタマットカーディオ ボール	ピラティス お・サ・707-	ボールピラティス2	コアコントロール	ブーティーキック ステップ	ジェントルストレッチ
16:45	コアコントロール	ABC	オンザステップ	ボールピラティス2	ヨガミッドセクション	バンドチャレンジ
17:15	バンドチャレンジ	ブーティーキック ステップ	ジェントルストレッチ	カーディオキックス	ボールピラティス2	ディスコアゴーゴー
17:45	ディスコアゴーゴー	ローワー ボディフォーカス	バンドチャレンジ	ヨガミッドセクション	オンザステップ	ピラティス お・サ・707-
18:15	ローワー ボディフォーカス	ボールピラティス2	ブーティーキック ステップ	バンドチャレンジ	ローワー ボディフォーカス	ABC
18:45	ABC	カーディオキックス	ローワー ボディフォーカス	アルタマットカーディオ ボール	ABC	ブーティーキック ステップ
19:15	オンザステップ	コアコントロール	ABC	ジェントルストレッチ	アルタマットカーディオ ボール	ヨガミッドセクション
19:45	ジェントルストレッチ	バンドチャレンジ	ディスコアゴーゴー	ABC	ピラティス お・サ・707-	ボールピラティス2
20:15	ボールピラティス2	オンザステップ	ヨガミッドセクション	ブーティーキック ステップ	バンドチャレンジ	カーディオキックス
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