

3月 真樹ジムオキナワ女子部 スケジュール

2018年3月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 キック&ストレッチ(安謝) 20:00～21:30	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 19:20～20:20	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 13:00～14:00 ステップアップ 14:15～15:15 ダイエットキャンペーン打上げ	休館
5	6	7	8	9	10	11
	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 ベーシック(安謝)20:00～21:00	ベーシック 15:00～16:00 ベーシック 19:30～20:30 ステップアップ 20:50～21:50	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 キック&ストレッチ(安謝) 20:00～21:30	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 19:20～20:20	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 13:00～14:00 ステップアップ 14:15～15:15	休館
12	13	14	15	16	17	18
	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 ベーシック(安謝)20:00～21:00	ベーシック 15:00～16:00 ベーシック 19:30～20:30 ステップアップ 20:50～21:50	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 キック&ストレッチ(安謝) 20:00～21:30	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 19:20～20:20	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 13:00～14:00 ステップアップ 14:15～15:15	休館
19	20	21	22	23	24	25
	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 ベーシック(安謝)20:00～21:00	ベーシック 15:00～16:00 ベーシック 19:30～20:30 ステップアップ 20:50～21:50	※お休み	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 19:20～20:20	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 13:00～14:00 ステップアップ 14:15～15:15	K-SPIRIT18 キックボクシングイベント
26	27	28	29	30	31	
	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 ベーシック(安謝)20:00～21:00	ベーシック 15:00～16:00 ベーシック 19:30～20:30 ステップアップ 20:50～21:50	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 キック&ストレッチ(安謝) 20:00～21:30	※お休み	※お休み	

- ※ 3月21日は祝日ですが通常通りにクラスあります。
- ※ 木・金・土曜日が5週あるので、1日づつお休みをいただきます。
- ※ 22日(木)、30日(金)、31日(土)をお休みさせていただきます。