

Studio Wohl «2018年12月» 週間スケジュール

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun		
9:30	/	Madonna	Madonna	Michiyo	Madonna	Madonna	Michiyo	Madonna	定休日
10:00									
10:30									
11:00	/	Madonna	Madonna	Michiyo	マタニティ(第1,3,5) 産後(第2,4) (Madonna)	Madonna	Michiyo	Madonna	
11:30									
12:00									
12:30	/	Madonna	ピラティス (Michiyo)	Madonna	Madonna	Michiyo	ピラティス (Madonna)		
13:00									
13:30									
14:00	/	ピラティス (Madonna)	Michiyo	Madonna	ピラティス (Michiyo)	Madonna			
14:30									
15:00									
15:30	/	Madonna	/	妊活(第1,3,5) メノポーズ(第2,4) (Madonna)	Madonna	Michiyo	Madonna		
16:00									
16:30									
17:00	/	Madonna	/	Madonna	Madonna	Madonna			
17:30									
18:00									
18:30	/	Madonna	Madonna	Madonna	Madonna				
19:00									

太い線で囲まれているのがグルプレッスン枠。インストラクター名のみ部分がパーソナルトレーニング枠です。

また、レッスン消化ポイントは下記の通りです！インストラクター毎に異なるためご注意ください。

- Personal ● Madonna→6pt、Michiyo→4pt
- 少人数制グループ ● Madonna→3pt、Michiyo→2pt