

Studio Wohl «2020年4月» 週間スケジュール

| | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | | | | | | | | | | | | |
|-------|-----------------------|--------------------|----------------|-----|--------------------|---------|---------------------------------------|------------------------------|-----------------|--|-----|-----|---------|--|--|--|--|--|
| 9:30 | Michiyo | Michiyo | Michiyo | Rie | Rie | Michiyo | Chikako | Wohl Instructor 第1/3/5 | Chiharu 第2/4 | | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | Michiyo | Michiyo | Michiyo | Rie | Rie | Michiyo | Chikako | Wohl Instructor 第1/3/5 | Chiharu 第2/4 | | | | | | | | | |
| 11:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12:30 | Michiyo | ピラティス (Michiyo) | Michiyo | Rie | ピラティス (Rie) | Michiyo | ピラティス (Chikako第1/3/5 第2/4 Chiharu) | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | Michiyo | Michiyo | ピラティス (Rie) | Rie | ピラティス (Michiyo) | Chikako | Wohl Instructor 第1/3/5 | Chiharu 第2/4 | | | | | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:30 | Michiyo | Michiyo | Rie | Rie | Michiyo | Chikako | Wohl Instructor 第1/3/5 | Chiharu 第2/4 | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | Michiyo | Rie | Rie | Michiyo | Chikako | Wohl Instructor 第1/3/5 | Chiharu 第2/4 | | | | | | | | | | |
| 17:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | [土曜日IR情報] 4/18 Rie | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:30 | | | | | | | | | | | Rie | Rie | Chiharu | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | Chiharu | | | | | |
| 19:15 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:45 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20:15 | Chiharu | | | | | | | | | | | | | | | | | |

ご注意ください！ ジュニアインストラクターはマットのみのパーソナルトレーニングになる可能性があります！

太い線で囲まれているのがグルプレッスン。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● Michiyo,Rie,Chikako→6pt、Chiharu→4pt ●少人数制グループ● Michiyo,Rie,Chikako→3pt、
 Chiharu→2pt