

会議室レッスン♪カレンダー

変更になる場合がございます



2024

9

september

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
1	2 11:25~12:01 BeatBoxVR vol.7 12:30~13:00 ターゲットトレーニング 13:05~13:20 すっきりストレッチ 13:45~14:14 BeatBoxVR vol.1 14:30~15:00 CoreControlVR vol.2 15:15~16:15 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.5 17:15~17:45 CoreControlVR vol.2 18:00~18:33 BeatBoxVR vol.2	3	4 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:46 ThinkingYogaVR vol.3 16:00~16:33 CoreControlVR vol.4 16:45~17:19 BeatBoxVR vol.3	5 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.6 12:30~13:00 HIITトレーニング 13:15~13:45 週替わりレッスン 13:50~14:05 すっきりストレッチ 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.3 15:30~16:33 StretchVR	6 11:30~12:00 生活筋力向上® スロートレーニング 13:00~13:30 ザ・サーキット forビギナーズ 13:35~13:50 すっきりストレッチ 17:20~17:56 CoreControlVR vol.5 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.5	7 高松地区中学校新人大会
8	9 11:25~12:01 BeatBoxVR vol.7 12:30~13:00 ターゲットトレーニング 13:05~13:20 すっきりストレッチ 13:45~14:14 BeatBoxVR vol.1 14:30~15:00 CoreControlVR vol.2 15:15~16:15 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.5 17:15~17:45 CoreControlVR vol.2 18:00~18:33 BeatBoxVR vol.2	10	11 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:46 ThinkingYogaVR vol.3 16:00~16:33 CoreControlVR vol.4 16:45~17:19 BeatBoxVR vol.3	12 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.6 12:30~13:00 HIITトレーニング 13:15~13:45 週替わりレッスン 13:50~14:05 すっきりストレッチ 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.3 15:30~16:33 StretchVR	13 11:30~12:00 生活筋力向上® スロートレーニング 13:00~13:30 ザ・サーキット forビギナーズ 13:35~13:50 すっきりストレッチ 17:20~17:56 CoreControlVR vol.5 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.5	14 香川県中学校新人大会
15	16 10:30~11:30 無料健康スポーツセミナー	17	18 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:46 ThinkingYogaVR vol.3 16:00~16:33 CoreControlVR vol.4 16:45~17:19 BeatBoxVR vol.3	19 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.6 12:30~13:00 HIITトレーニング 13:15~13:45 週替わりレッスン 13:50~14:05 すっきりストレッチ 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.3 15:30~16:33 StretchVR	20 11:30~12:00 生活筋力向上® スロートレーニング 13:00~13:30 ザ・サーキット forビギナーズ 13:35~13:50 すっきりストレッチ 17:20~17:56 CoreControlVR vol.5 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.5	21 香川県高校新人大会
22	23 サンダ&ジャパン記録会	24	25 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:46 ThinkingYogaVR vol.3 16:00~16:33 CoreControlVR vol.4 16:45~17:19 BeatBoxVR vol.3	26 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.6 12:30~13:00 HIITトレーニング 13:15~13:45 週替わりレッスン 13:50~14:05 すっきりストレッチ 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.3 15:30~16:33 StretchVR	27 11:30~12:00 生活筋力向上® スロートレーニング 13:00~13:30 ザ・サーキット forビギナーズ 13:35~13:50 すっきりストレッチ 17:20~17:56 CoreControlVR vol.5 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.5	28 10:20~11:20 キッズヨガ 12:00~12:33 CoreControlVR vol.6 12:45~13:21 BeatBoxVR vol.6 13:25~14:00 BeatBoxVR vol.10 14:15~14:50 DanceMasterVR vol.3 15:00~16:00 StretchVR 16:15~16:50 BeatBoxVR vol.6 17:00~17:33 CoreControlVR vol.6 17:45~18:20 ThinkingYogaVR vol.10 19:00~20:00 ZUMBA
29	30 11:25~12:01 BeatBoxVR vol.7 12:30~13:00 ターゲットトレーニング 13:05~13:20 すっきりストレッチ 13:45~14:14 BeatBoxVR vol.1 14:30~15:00 CoreControlVR vol.2 15:15~16:15 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.5 17:15~17:45 CoreControlVR vol.2 18:00~18:33 BeatBoxVR vol.2					

●上記予定は、会議室の利用等により変更となる場合があります。