



レッスンスケジュール 2018年 10月



【ご予約・お問い合わせ】

TEL: 0120-801-327

※スケジュールはecottoホームページにも掲載中!! <http://www.ecotto.net/>

日	月	火	水(定休日)	木	金	土
	1 	2	3 	4 10:00 ~11:00 黒田 ヨガスタイルストレッチ	5 14:30 ~15:30 樋口 千エアピクス	6
7 	8 	9	10 	11 10:00 ~11:00 窪田 ヨガスタイルストレッチ	12 14:30 ~15:30 樋口 千エアピクス	13
14 10:30 ~13:30 笹瀬 パン教室	15	16 13:00 ~14:00 樋口& 肩こり腰痛予防 山田 健康体操 15:30 ~16:30 藤本 リボン体操	17 	18 10:00 ~11:00 黒田 ヨガスタイルストレッチ	19 14:30 ~15:30 夏海& 千エアピクス 樋口	20
21	22 	23	24 	25 10:00 ~11:00 中村 ポテコンティショニング	26 14:30 ~15:30 夏海& 千エアピクス 樋口 20:30 ~21:30 山田 フィットネスボクシング	27
28 	29	30 13:00 ~14:00 樋口 肩こり腰痛予防 健康体操	31 HALLOWEEN 			