



レッスンスケジュール 2019年 1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 14:30 ~ 15:30 山田 ケアビクス	5
6	7 	8 13:00 ~ 14:00 山田 肩こり腰痛予防 健康体操	9 	10 10:00 ~ 11:00 黒田 ヨガスタイルストレッチ	11 14:30 ~ 15:30 夏海& 樋口 ケアビクス	12 
13 	14	15 13:00 ~ 14:00 山田 肩こり腰痛予防 健康体操	16 	17 10:00 ~ 11:00 窪田 ヨガスタイルストレッチ	18 14:30 ~ 15:30 山田 ケアビクス 20:30 ~ 21:30 山田 フィットネスボクシング	19
20	21 	22	23 	24 10:00 ~ 11:00 中村 ポテiconテーショニング	25 14:30 ~ 15:30 夏海& 樋口 ケアビクス	26 
27	28	29 13:00 ~ 14:00 樋口 肩こり腰痛予防 健康体操 15:30 ~ 16:30 藤本& リボン体操 樋口	30 	31 		