

# ハンモックエクササイズ 4月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	12:30 Shiho リストラティブ	10:30 KIMI ファンダメンタル 2		12:35 Yoriko ファンダメンタル 1		10:30 KIMI ファンダメンタル 2
		20:05 Kaoru ファンダメンタル 1		20:10 Emiko ファンダメンタル 1		15:50 Midori ファンダメンタル 1
7	8	9	10	11	12	13
11:00 Nozomi ファンダメンタル 1	12:30 Chinatsu ファンダメンタル 1	10:30 KIMI ファンダメンタル 1		12:35 Yoriko ファンダメンタル 1		10:30 KIMI ファンダメンタル 3
		20:05 Kaoru ファンダメンタル 1		20:10 Naomi リストラティブ		15:50 Midori ファンダメンタル 1
14	15	16	17	18	19	20
11:00 Shiho リストラティブ	12:30 Chinatsu ファンダメンタル 1	10:30 KIMI ファンダメンタル 2		12:35 Yoriko ファンダメンタル 1		10:30 KIMI ファンダメンタル 1
		20:05 Kaoru ファンダメンタル ミックス		20:10 Emiko ファンダメンタル 1		15:50 Midori ファンダメンタル ミックス
21	22	23	24	25	26	27
11:00 Nozomi ファンダメンタル 2	12:30 Chinatsu ファンダメンタル 1	10:30 Shiho リストラティブ		12:35 Yoriko ファンダメンタル 1		10:30 KIMI ファンダメンタル 1
		20:05 Kaoru ファンダメンタル 1		20:10 Naomi リストラティブ		15:50 Midori ファンダメンタル 2
28	29	30				
11:00 Nozomi ファンダメンタル 1	12:30 Chinatsu ファンダメンタル 2	10:30 KIMI ファンダメンタル 3				