



ハンモックエクササイズ 2020.01 Lesson Schedule

一般会員様は1回 ¥1,100でご参加いただけます。
フロント横券売機にてチケットを購入し、インストラクターにお渡しください。
プライム会員様は無料でご参加いただけます。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
ファンダメンタル1・リストラティブ ⇒ 初めての方でも参加できます。 ファンダメンタル2 ⇒ ファンダメンタル1 を5回以上受講してからご参加ください。 ファンダメンタル3 ⇒ ファンダメンタル2 を5回以上受講してからご参加ください。 オープン ⇒ ファンダメンタル3 を5回以上受講してからご参加ください。				当日 当日参加枠 体験 プラ プライム予約枠 外部体験可能枠。 予約 一般予約枠 体験者がいなければ当日枠となります。		11:20 Koto 8名 ファンダメンタル1 プラ6 予約2
					16:15 Midori 8名 ファンダメンタル2 プラ6 当日2	
5	6	7	8	9	10	11
10:20 Koto 8名 ファンダメンタル1 プラ6 予約2	11:20 YUCA 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予約2	10:20 IZUMI 8名 ファンダメンタル2 プラ6 当日2		12:35 Yoriko 8名 ファンダメンタル1 プラ6 当2 13:55 IZUMI 8名 ファンダメンタル2 プラ6 当2	11:15 Mayee 8名 ファンダメンタル1 プラ6 予約2	11:20 JUN 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予約2
11:40 Koto 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予約2	12:40 YUCA 10名 ファンダメンタル3 プラ8 予約2	20:05 KAORU 8名 ファンダメンタル1 プラ6 体験2		20:10 Marie 10名 オープン プラ8 予2	12:30 Mayee 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予約2	16:15 Midori 10名 ファンダメンタル3 プラ8 当日2
12	13	14	15	16	17	18
10:20 Koto 10名 ファンダメンタル3 プラ8 予約2	11:20 Marie 8名 リストラティブ プラ6 予約2	10:20 IZUMI 10名 ファンダメンタル3 プラ8 当日2		12:35 Yoriko 8名 ファンダメンタル1 プラ6 体2 13:55 IZUMI 8名 ファンダメンタル2 プラ6 当2	11:15 yokko 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予約2	11:20 JUN 10名 ファンダメンタル3 プラ8 予約2
11:40 Koto 8名 ファンダメンタル1 プラ6 予約2	12:40 Marie 10名 ファンダメンタル3 プラ8 予約2	20:05 KAORU 8名 ファンダメンタル2 プラ6 当日2		20:10 Marie 8名 ファンダメンタル1 プラ6 予2	12:30 yokko 8名 リストラティブ プラ6 予約2	16:15 Midori 8名 ファンダメンタル1 プラ6 体験2
19	20	21	22	23	24	25
10:20 Koto 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予約2	11:20 Yumie 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予約2	10:20 IZUMI 8名 ファンダメンタル1 プラ6 体験2		12:35 Yoriko 10名 ファンダメンタル3 プラ8 当2 13:55 IZUMI 8名 リストラティブ プラ6 当2	11:15 Marie 10名 オープン プラ8 予約2	11:20 JUN 8名 リストラティブ プラ6 予約2
11:40 Koto 10名 ファンダメンタル3 プラ8 予約2	12:40 Yumie 8名 ファンダメンタル1 プラ6 予約2	20:05 KAORU 10名 ファンダメンタル3 プラ8 当日2		20:10 Koto 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予2	12:30 Marie 8名 リストラティブ プラ6 予約2	16:15 Midori 8名 ファンダメンタル2 プラ6 当日2
26	27	28	29	30	31	
10:20 Koto 8名 ファンダメンタル1 プラ6 予約2	11:20 YUCA 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予約2	10:20 IZUMI 10名 オープン プラ8 当日2		12:35 IZUMI 8名 ファンダメンタル2 プラ6 当2 13:55 IZUMI 8名 ファンダメンタル1 プラ6 体2	11:15 yokko 8名 ファンダメンタル1 プラ6 予約2	
11:40 Koto 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予約2	12:40 YUCA 10名 ファンダメンタル3 プラ8 予約2	20:05 KAORU 8名 ファンダメンタル1 プラ6 当日2		20:10 Marie 10名 ファンダメンタル3 プラ8 予2	12:30 yokko 8名 ファンダメンタル2 プラ6 予約2	