

笹塚店 タイムスケジュール(月~木)

※一部変更がある場合がございます。予めご了承ください。

2017. 10. 1~

Table with columns for days of the week (MON, TUE, WED, THU) and time slots (9-23). Rows represent different activities and instructors. Includes details like 'RPM30', 'ヨガ', 'ダンス', and instructor names like '梅沢', '高橋', '伊藤'.

笹塚店 タイムスケジュール(金～日)

2017. 10. 1～

Main schedule table with columns for days (FRI, SAT, SUN) and locations (スタジオ, ホット, バイク, プール, アクションスポーツ).

配色のご説明

Legend table mapping colors to facility types and activities.

「ボディバランス」フォーマット

「ボディバランス」各週でフォーマットが変わります。 1, 3, 5週目... 2, 4週目...

※金曜日のママさん優先シェイプアップヨガは 月毎に内容が変更となります。

※毎月スケジュールが多少変更します。 毎月20日以降に次月のスケジュールを掲示します。

※祝日のみスケジュール内容が変更します。 別紙にてご確認をお願いします。



TEL 03-3481-5866