

2024・12月MKDスケジュール

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
		09:00～09:45 TRX	9:00～9:50 フラダンス	09:00～09:45 TRX	09:00～09:45 TRX@葛西	09:00～09:45 TRX
		12:15～13:15 マタニティエアロヨガ	10:00～11:00 エアリアルヨガ			11:00～12:00 マタニティエアロヨガ
		13:30～14:30 健康体操	16:00～16:45 キッズダンス			12:50～15:50 レンタル中
		15:15～18:15 レンタル中	17:00～17:45 キッズKPOP	16:00～21:00 レンタル中	16:15～17:00 キッズバレエ	レンタル中
	18:00～18:50 キッズHIPHOP	18:30～19:30 エアリアルヨガ	19:30～20:15 KPOP一般	レンタル中	17:15～18:00 ジュニアバレエ1	16:30～18:00 レンタル中A
		19:45～20:30 TRX		レンタル中	18:30～20:30 ジュニアバレエ2	
8	9	10	11	12	13	14
		09:00～09:45 TRX	9:00～9:50 フラダンス	09:00～09:45 TRX	09:00～09:45 TRX@葛西	09:00～09:45 TRX
		12:15～13:15 マタニティエアロヨガ	10:00～11:00 エアリアルヨガ			11:00～12:00 マタニティエアロヨガ
		13:30～14:30 健康体操	16:00～16:45 キッズダンス			12:50～15:50 レンタル中
		15:15～18:15 レンタル中	17:00～17:45 キッズKPOP	16:00～21:00 レンタル中	16:15～17:00 キッズバレエ	レンタル中
	18:00～18:50 キッズHIPHOP	18:30～19:30 エアリアルヨガ	19:30～20:15 KPOP一般	レンタル中	17:15～18:00 ジュニアバレエ1	16:45～18:15 レンタル中G
		19:45～20:30 TRX		レンタル中	18:30～20:30 ジュニアバレエ2	
15	16	17	18	19	20	21
		09:00～09:45 TRX	9:00～9:50 フラダンス	09:00～09:45 TRX	09:00～09:45 TRX@葛西	09:00～09:45 TRX
		12:15～13:15 マタニティエアロヨガ	10:00～11:00 エアリアルヨガ			11:00～12:00 マタニティエアロヨガ
		13:30～14:30 健康体操	16:00～16:45 キッズダンス			12:50～15:50 レンタル中
12:45～14:15 レンタル中		15:15～18:15 レンタル中	17:00～17:45 キッズKPOP	16:00～21:00 レンタル中	16:15～17:00 キッズバレエ	レンタル中
	18:00～18:50 キッズHIPHOP	18:30～19:30 エアリアルヨガ	19:30～20:15 KPOP一般	レンタル中	17:15～18:00 ジュニアバレエ1	16:30～18:00 レンタル中A
		19:45～20:30 TRX		レンタル中	18:30～20:30 ジュニアバレエ2	
22	23	24	25	26	27	28
		09:00～09:45 TRX		09:00～09:45 TRX	09:00～09:45 TRX@葛西	09:00～09:45 TRX
		12:15～13:15 マタニティエアロヨガ				11:00～12:00 マタニティエアロヨガ
		13:30～14:30 健康体操				
		15:15～18:15 レンタル中		16:00～21:00 レンタル中		
		18:30～19:30 エアリアルヨガ		レンタル中		16:45～18:15 レンタル中G
		19:45～20:30 TRX		レンタル中		
29	30	31				
12:45～14:15 レンタル中						

Newピラ・ファス

マシンピラティスとファスティングで
ボディメイク&減量してゆきます
体験予約受付中!