

## 6月 真樹ジムオキナワ女子部 スケジュール

2018年6月

月	火	水	木	金	土	日
				<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
				スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 19:20～20:20	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 13:00～14:00 ステップアップ 14:15～15:15	休館
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 ベーシック(安謝)20:00～21:00	ベーシック 15:00～16:00 ベーシック 19:30～20:30 ステップアップ 20:50～21:50	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 キック&ストレッチ(安謝) 20:00～21:30	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 19:20～20:20	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 13:00～14:00 ステップアップ 14:15～15:15	休館
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 ベーシック(安謝)20:00～21:00	ベーシック 15:00～16:00 ベーシック 19:30～20:30 ステップアップ 20:50～21:50	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 キック&ストレッチ(安謝) 20:00～21:30	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 19:20～20:20	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 13:00～14:00 ステップアップ 14:15～15:15	休館 アマチュアキック大会
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 ベーシック(安謝)20:00～21:00	ベーシック 15:00～16:00 ベーシック 19:30～20:30 ステップアップ 20:50～21:50	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 キック&ストレッチ(安謝) 20:00～21:30	お休み	お休み	休館
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	
	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 ベーシック(安謝)20:00～21:00	ベーシック 15:00～16:00 ベーシック 19:30～20:30 ステップアップ 20:50～21:50	スタミナアップ 9:00～10:00 エクサキック 11:00～11:50 快眠ストレッチ12:00～12:50 キック&ストレッチ(安謝) 20:00～21:30	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 19:20～20:20	スタミナアップ 9:00～10:00 ベーシック 13:00～14:00 ステップアップ 14:15～15:15	

※ 6月のお休み : 6/22(金)、6/23(土)にお休みをいただきます。ご注意ください。