

活動的になる5月、身体を引き締めよう！

5月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
				1	2	3
				バランス	コア	
4	5	6	7	8	9	10
休館日				バランス	コア	
11	12	13	14	15	16	17
TRX				パワー	バランス	
18	19	20	21	22	23	24
TRX				パワー	休講	
25	26	27	28	29	30	31
脂肪燃焼				休館日	休館日	

