

【2022年7月スケジュール】

	月	火	水	木	金	土	日
9:00					1	2	3
10:00						Brakedance	
13:00						13時～14時半	
14:00						14時45分～15時半キッズ	
15:00					GRYOTONIC®レッスン	15時30分～高学年	
16:00						文セ 多目的室	
17:00							
18:00							
19:00							
9:00	4	5	6	7	8	9	10
10:00		Gkonlineショート	文セ抽選会				GT
13:00							
14:00				GRYOTONIC®		14時45分～15時半キッズ	
15:00				マシンレンタル		15時30分～高学年	
16:00						文セ 多目的室	
17:00			GRYOTONIC®アップデートのため終日不在				
18:00	18時30分～						
19:00	筋トレOnline						
9:00	11	12	13	14	15	16	17
10:00		Gkonlineフル					
13:00							
14:00				GRYOTONIC®			
15:00				マシンレンタル		14時45分～15時半キッズ	
16:00						15時30分～高学年	
17:00						文セ 多目的室	
18:00	18時30分～			21時～Gkonline	GYROKINESIS®		
19:00	筋トレOnline			フル（セルフマッサ	グループ 場所未定		
9:00	18	19	20	21	22	23	24
10:00		Gkonlineショート					
13:00							
14:00				GRYOTONIC®			
15:00	海の日			マシンレンタル		14時45分～15時半キッズ	
16:00						15時30分～高学年	
17:00						文セ 多目的室	
18:00							
19:00							
9:00	25	26	27	28	29	30	31
10:00		Gkonlineフル			GRYOTONIC®レッスン		
13:00						Brakedance	
14:00						13時～14時半	
15:00				GRYOTONIC®		(文セ部屋未定)	
16:00				マシンレンタル			
17:00							
18:00	18時30分～			21時～Gkonline	18時半～大人ダンス		
19:00	筋トレOnline			フル（セルフマッサ	文セ（部屋未定)		

●文セ・・・文化センター 水色→シンBrakedance それ以外 じゅんこ

紫→大人クラス (GK=GYROKINESIS・GT=GYROTONIC) ピンク→出張ワークショップ等 網掛→個人レッスン、マシンレンタル