

	1日(木)				2日(木)				3日(木)				4日(金)				5日(土)				6日(日)																																																																																																																																																		
	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階																																																																																																																																															
8:00	スタジオ①	スタジオ②			スタジオ①	スタジオ②			スタジオ①	スタジオ②			スタジオ①	スタジオ②			スタジオ①	スタジオ②			スタジオ①	スタジオ②																																																																																																																																																	
9:00					背骨コンディ 近藤 香川	コアエクササイズ			ベリック 近藤 香川	O心み改善			ベリック 近藤 香川	O心み改善			ベリック 近藤 香川	Queenax			ベリック 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																																	
10:00					フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			ポクシング 近藤 香川	Queenax			ポクシング 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																																	
11:00					ビキナー 近藤 香川	ボクシング			ビキナー 近藤 香川	Oサーキット			ビキナー 近藤 香川	Oリズムトレーニング			ビキナー 近藤 香川	O全身シェイプアップ			ビキナー 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																																	
12:00					ベリック 近藤 香川	Queenax			ベリック 近藤 香川	O心み改善			ベリック 近藤 香川	Queenax			ベリック 近藤 香川	Queenax			ベリック 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																																	
13:00					ベリック 近藤 香川	Queenax			ビキナー 近藤 香川	O全身シェイプアップ			ベリック 近藤 香川	O心み改善			ベリック 近藤 香川	O心み改善			ビキナー 近藤 香川	O全身シェイプアップ																																																																																																																																																	
14:00					ビキナー 近藤 香川	O心み改善			背骨コンディ 近藤 香川	Queenax	カウエイト		ベリック 近藤 香川	Oサーキット	カウエイト		ベリック 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																																	
15:00					ポクシング 近藤 香川	Queenax			ポクシング 近藤 香川	O心み改善	カウエイト		ポクシング 近藤 香川	Queenax			ポクシング 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																																	
16:00					フリーウェイ 近藤 香川	Queenax			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善	Queenax		フリーウェイ 近藤 香川	Queenax			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																																	
17:00					ベリック 近藤 香川	Queenax			ベリック 近藤 香川	O心み改善	カウエイト		フリーウェイ 近藤 香川	Queenax			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																																	
18:00					ベリック 近藤 香川	Queenax			フリーウェイ 近藤 香川	Queenax	カウエイト		フリーウェイ 近藤 香川	Queenax			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																																	
19:00					ポクシング 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善	Queenax		フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																																	
20:00					O心み改善 近藤 香川	Queenax			O心み改善 近藤 香川	Queenax	近藤から健康30		フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			O心み改善 近藤 香川	Queenax																																																																																																																																																	
21:00																																																																																																																																																																							
7日(月)																								8日(火)																								9日(水)																								10日(木)																								11日(金)																								12日(土)																								13日(日)																							
8:00	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階																																																																																																																																											
9:00																																																																																																																																																																							
10:00																																																																																																																																																																							
11:00	ベリック 近藤 香川	O心み改善							ベリック 近藤 香川	フリーウェイ			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善			フリーウェイ 近藤 香川	O心み改善																																																																																																																																													
12:00																																																																																																																																																																							
13:00																																																																																																																																																																							
14:00																																																																																																																																																																							
15:00																																																																																																																																																																							
16:00																																																																																																																																																																							
17:00																																																																																																																																																																							
18:00																																																																																																																																																																							
19:00																																																																																																																																																																							
20:00																																																																																																																																																																							
21:00																																																																																																																																																																							
14日(月)																								15日(火)																								16日(水)																								17日(木)																								18日(金)																								19日(土)																								20日(日)																							
8:00	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階																																																																																																																																											
9:00																																																																																																																																																																							
10:00																																																																																																																																																																							
11:00																																																																																																																																																																							
12:00																																																																																																																																																																							
13:00																																																																																																																																																																							
14:00																																																																																																																																																																							
15:00																																																																																																																																																																							
16:00																																																																																																																																																																							
17:00																																																																																																																																																																							
18:00																																																																																																																																																																							
19:00																																																																																																																																																																							
20:00																																																																																																																																																																							
21:00																																																																																																																																																																							
21日(月)																								22日(火)																								23日(水)																								24日(木)																								25日(金)																								26日(土)																								27日(日)																							
8:00	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階																																																																																																																																											
9:00																																																																																																																																																																							
10:00																																																																																																																																																																							
11:00																																																																																																																																																																							
12:00																																																																																																																																																																							
13:00																																																																																																																																																																							
14:00																																																																																																																																																																							
15:00																																																																																																																																																																							
16:00																																																																																																																																																																							
17:00																																																																																																																																																																							
18:00																																																																																																																																																																							
19:00																																																																																																																																																																							
20:00																																																																																																																																																																							
21:00																																																																																																																																																																							
28日(月)																								29日(火)																								30日(水)																								31日(木)																								1日(金)																								2日(土)																								3日(日)																							
8:00	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階	スタジオ①	スタジオ②	芝	2階																																																																																																																																											
9:00																																																																																																																																																																							
10:00																																																																																																																																																																							
11:00																																																																																																																																																																							
12:00																																																																																																																																																																							
13:00																																																																																																																																																																							
14:00																																																																																																																																																																							
15:00																																																																																																																																																																							
16:00																																																																																																																																																																							
17:00																																																																																																																																																																							
18:00																																																																																																																																																																							
19:00																																																																																																																																																																							
20:00																																																																																																																																																																							
21:00																																																																																																																																																																							