

# トレーニング スケジュール

	月		火		水		木		金		土	
	3F	1F	3F	1F	3F	1F	3F	1F	3F	1F	3F	1F
10:00											★マスターストレッチ	
11:00											★DMP&バレエ かわさき	
12:00												
13:00												
14:00					★バレエエクササイズ 森田							
15:00												
16:00	★マスターストレッチ											
17:00											★マスターストレッチ &DMP第1・3 &バレエ第2・4	
18:00												
19:00					★バレエエクササイズ 尾山				★マスターストレッチ &バレエ第1・3 &DMP第2・4			
20:00												

スケジュール等は変更になる場合がございます。お気軽にお問い合わせください。

★印は予約制となっています。

マスターストレッチは底の厚いスニーカーをご用意ください。