

2018年8月

	月	火	水	木	金	土	日
11:00 13:30 18:45 20:00			1 BP キョウコ BP ヲウ FD kyo BP kyo	2 筋膜 腹 kyo BP kyo BP アヤコ フォローアップクラス アヤコ	3 BP サエ 筋膜 腹 ミワ	4 13:30 BP リエコ 15:00 FD リエコ	5 13:30 BP アヤコ 15:00 ES shinichi
11:00 13:30 18:45 20:00	6 フォロー研修 (13:30)	7 BP kyo CS マサコ 筋膜 脚 kyo CS kyo	8 BP キョウコ FD ヲウ FD kyo BP kyo	9 ウォーキング kyo BP kyo BP アヤコ フォローアップクラス アヤコ	10 BP サエ BP ミワ	11 CLOSE	12 CLOSE
11:00 13:30 18:45 20:00	13 CLOSE	14 CLOSE	15 CLOSE	16 筋膜 脚 kyo BP kyo BP アヤコ フォローアップクラス アヤコ	17 BP サエ 整顔 ミワ FP tomoko	18 13:30 BP リエコ 15:00 FD リエコ	19 13:30 BP kyo 15:00 FD kyo
11:00 13:30 18:45 20:00	20 CLOSE	21 BP kyo CS マサコ BP kyo CS kyo	22 BP キョウコ FD ヲウ FD kyo BP kyo	23 整顔 kyo BP kyo BP アヤコ フォローアップクラス アヤコ	24 BP サエ BP ミワ	25 13:30 BP リエコ 15:00 FD リエコ	26 13:30 BP アヤコ 15:00 筋膜 腹 アヤコ 定期研修 (18:00)
11:00 13:30 18:45 20:00	27 定期研修 (13:30) 認定試験 (16:30)	28 BP kyo CS マサコ BP kyo CS kyo	29 BP キョウコ BP ヲウ FD kyo 整顔 kyo	30 筋膜 腹 kyo BP kyo BP アヤコ フォローアップクラス アヤコ	31 BP サエ 筋膜 脚 ミワ		

フォローアップクラス (プロフェッショナルトレーニングコース卒業生対象 認定試験対策)

BP : b-i ペルヴィス FS : 筋膜ストレッチ (ヒップ&美脚/くびれ&美腹)

CS : カーディオスタイル FD : b-i フローダンス ウォーキング : O脚X脚改善b-i ウォーキング FC : フェイスコンディション (整顔) ES : エレガンスストレッチ FP : ファーストポジション

2018年9月

	月	火	水	木	金	土	日
11:00 13:30 18:45 20:00						1 13:30 BP リエコ 15:00 FD リエコ	2 13:30 BP アヤコ 15:00 筋膜 脚 アヤコ
11:00 13:30 18:45 20:00	3 CLOSE	4 BP kyo CS マサコ BP kyo CS kyo	5 BP キョウコ FD ヌウ FD kyo BP kyo	6 ウォーキング kyo BP kyo BP アヤコ フォローアップクラス アヤコ	7 BP サエ BP ミワ	8 13:30 BP リエコ 15:00 FD リエコ	9 13:30 FD kyo 15:00 BP kyo
11:00 13:30 18:45 20:00	10 CLOSE	11 BP kyo CS マサコ 整顔 kyo CS kyo	12 BP キョウコ BP ヌウ FD kyo BP kyo	13 筋膜 脚 kyo BP kyo BP アヤコ フォローアップクラス アヤコ	14 BP サエ 筋膜 腹 ミワ	15 ベーシック トレーニング ①	16 13:30 BP アヤコ 15:00 整顔 アヤコ
11:00 13:30 18:45 20:00	17 CLOSE	18 BP kyo CS マサコ BP kyo CS kyo	19 BP キョウコ FD ヌウ FD kyo 筋膜 腹 kyo	20 整顔 kyo BP kyo BP アヤコ フォローアップクラス アヤコ	21 BP サエ BP ミワ FP tomoko	22 ベーシック トレーニング ②	23 解剖学講座 11:00~15:00 認定試験 (16:00)
11:00 13:30 18:45 20:00	24 解剖学講座 13:00~17:00	25 BP kyo CS マサコ BP kyo CS kyo	26 BP キョウコ BP ヌウ FD kyo BP kyo	27 筋膜 腹 kyo FD kyo BP アヤコ フォローアップクラス アヤコ	28 BP サエ 整顔 ミワ	29 ベーシック トレーニング ③	30 13:30 BP アヤコ 15:00 筋膜 腹 アヤコ

フォローアップクラス (プロフェッショナルトレーニングコース卒業生対象 認定試験対策)

BP : b-i ペルヴィス FS : 筋膜ストレッチ (ヒップ&美脚/くびれ&美腹)

CS : カーディオスタイル FD : b-i フローダンス ウォーキング : O脚X脚改善b-i ウォーキング FC : フェイスコンディション (整顔) ES : エレガンスストレッチ FP : ファーストポジション