

2019年 3月 パーソナルジム『Aty』カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
						担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング
4	5	6	7	8	9	10
	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング
担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 チューブ 19:00~20:00 TRX&体幹	担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+		担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ		
11	12	13	14	15	16	17
	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		
担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 チューブ 19:00~20:00 TRX&体幹	担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+		担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ		
18	19	20	21	22	23	24
	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹			担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング
担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 チューブ 19:00~20:00 TRX&体幹	担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+			担当: 飛鳥 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ		
25	26	27	28	29	30	31
	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング
担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 チューブ 19:00~20:00 TRX&体幹	担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+		担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ		