2021年4月ViVid VIRGOレッスン開催スケジュール

※ストレッチ&フィットネスの時間帯で卓球をしたい方は自主練習となります

曜日	日		月		火		水		木		金		土	
日									1		2		3	
場所	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ
担当											田中	田中		
コーチ									我謝	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝
10:00 11:30									ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス	
12:30 14:00										ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス
日	4		5		6		7		8		9		10	
場所	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ
担当			田中・角井				田中	田中			田中	田中		
コーチ			杉本		川名	川名	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝
10:00 11:30					ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス	
12:30 14:00				13:00-14:30		ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス
			整体ストレッチ &ピンポン											
日	11		12		13		14		15		16		17	
場所	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ
担当			田中・角井				田中	田中			田中	田中		
コーチ			杉本		川名	川名	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝
10:00 11:30					ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス	
12:30 14:00				13:00-14:30		ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス
			整体ストレッチ &ピンポン											
日	18		19		20		21		22		23		24	
場所	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ
担当			田中・角井				田中	田中			田中	田中		
コーチ			杉本		川名	川名	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝	我謝
10:00 11:30					ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス	
12:30 14:00				13:00-14:30		ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン		ストレッチ &フィットネス
			整体ストレッチ &ピンポン											
日	25		26		27		28		29		30			
場所	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ	Yスタジオ	Kスタジオ		
担当			田中・角井				田中	田中						
コーチ			杉本		川名	川名	我謝	我謝						
10:00 11:30					ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン							
12:30 14:00				13:00-14:30		ストレッチ &フィットネス		ストレッチ &ピンポン						
			整体ストレッチ &ピンポン											