



【7月】千葉ニュータウン店スケジュール



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
10:00	★	★★★	★★	★★★	★	★★	★	10:00
10:30	10:30~11:15 はじめて	10:30~11:15 アドバンス	10:30~11:15 デトックス	10:30~11:15 燃焼	10:30~11:15 ビギナー	10:30~11:15 美脚	10:30~11:15 リラックス	10:30
11:00								11:00
11:30			10日★2 ベーシック	11日★3 アドバンス	12日★1 はじめて			11:30
12:00	★★	★	★	★	★★	★	★★★	12:00
12:30	12:15~13:00 美脚	12:15~13:00 ビギナー	12:15~13:00 リラックス	12:15~13:00 はじめて	12:15~13:00 ベーシック	12:15~13:00 はじめて	12:15~13:00 美体幹	12:30
13:00			10日★1 ビギナー	11日★1 ビギナー	12日★2 デトックス			13:00
13:30								13:30
14:00	13:45~14:30 溶岩浴	14:00~14:45 溶岩浴	13:45~14:30 溶岩浴	13:45~14:30 溶岩浴	14:00~14:45 溶岩浴	13:45~14:30 溶岩浴	13:45~14:30 溶岩浴	14:00
14:30								14:30
15:00	★				★			15:00
15:30	15:30~16:15 リラックス	★	★★		15:30~16:15 リラックス	★★	★	15:30
16:00		16:00~16:45 はじめて	15:45~16:30 美脚	★★		15:45~16:30 デトックス	16:00~16:45 はじめて	16:00
16:30				16:30~17:15 デトックス				16:30
17:00						17:00~17:45 溶岩浴		17:00
17:30	17:30~18:15 溶岩浴	17:30~18:15 溶岩浴	17:30~18:15 溶岩浴	★	17:30~18:15 溶岩浴		17:30~18:15 溶岩浴	17:30
18:00				18:00~18:45 リラックス				18:00
18:30	★	★★	★★★		★★	★	★	18:30
19:00	19:00~19:45 はじめて	19:00~19:45 デトックス	19:00~19:45 燃焼		19:00~19:45 美脚	19:00~19:45 リラックス	19:00~19:45 はじめて	19:00
19:30				19:15~20:00 溶岩浴				19:30
20:00	★★	★	★	★★	★	★★★	★★	20:00
20:30	20:30~21:15 デトックス	20:30~21:15 リラックス	20:30~21:15 はじめて	20:30~21:15 美脚	20:30~21:15 はじめて	20:30~21:15 美体幹	20:30~21:15 美脚	20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
22:00								22:00

- レッスン中の私語及びレッスン中の途中退室はご遠慮下さい。
- レッスンの2時間前までにはお食事を済ませることをお勧めします。
- お時間を過ぎての入室はできません。
- 他のお客様へのご迷惑、またトラブルに発展する可能性がありますのでルールを守ってレッスンにご参加下さい。



アミーダ千葉ニュータウン店

TEL 0476-37-7204