

2017年 10月 パーソナルジム『Aty』カレンダー

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
2	3	4	5	6	7	8
担当: 結城 10:30~11:30 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 TRX&体幹	担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 TRX&体幹	担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング	担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング
	担当: 飛鳥 18:00~19:00 ジュニア 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ	担当: 飛鳥 18:00~19:00 ジュニア 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 サークット 19:00~20:00 TRX&体幹		
9	10	11	12	13	14	15
	担当: 飛鳥 10:00~11:00 TRX&体幹	担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 TRX&体幹	担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング	担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング
	担当: 飛鳥 18:00~19:00 ジュニア 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ	担当: 飛鳥 18:00~19:00 ジュニア 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 サークット 19:00~20:00 TRX&体幹		
16	17	18	19	20	21	22
担当: 結城 10:30~11:30 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 TRX&体幹	担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 TRX&体幹	担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング	担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング
	担当: 飛鳥 18:00~19:00 ジュニア 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ	担当: 飛鳥 18:00~19:00 ジュニア 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 サークット 19:00~20:00 TRX&体幹		
23	24	25	26	27	28	29
担当: 結城 10:30~11:30 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 TRX&体幹	担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 TRX&体幹		
	担当: 飛鳥 18:00~19:00 ジュニア 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ	担当: 飛鳥 18:00~19:00 ジュニア 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 サークット 19:00~20:00 TRX&体幹		
30	31					
担当: 結城 10:30~11:30 レーシング+						