セルフジム時間　第3スタジオタイムスケジュール　2023年10月～

	月	火	水	木	金	土	日
	スタジオ3	スタジオ3	スタジオ3	スタジオ3	スタジオ3	スタジオ3	スタジオ3
0:00	0:00～0:30 GroupCentergy30		0:00～0:30 GroupGroove30	0:00～0:30 GroupFight30	0:00～0:45 GroupCentergy45	0:00～0:45 GroupGroove45	0:00～0:30 GroupFight30
1:00	1:00～1:45 GroupGroove45		1:00～1:45 GroupFight45	1:00～1:30 GroupCentergy30	1:00～1:30 GroupGroove30	1:00～1:30 GroupFight30	1:00～1:30 GroupCentergy30
2:00	2:00～2:30 GroupFight30		2:00～2:30 GroupCentergy30	2:00～2:45 GroupGroove45	2:00～2:30 GroupFight30	2:00～2:45 GroupCentergy45	2:00～2:30 GroupGroove30
3:00	3:00～3:30 GroupCentergy30		3:00～3:30 GroupGroove45	3:00～3:45 GroupFight45	3:00～3:30 GroupCentergy30	3:00～3:30 GroupGroove30	3:00～3:30 GroupFight30
4:00	4:00～4:30 GroupGroove30		4:00～4:30 GroupFight30	4:00～4:30 GroupCentergy30	4:00～4:30 GroupGroove30	4:00～4:45 GroupFight45	4:00～4:45 GroupCentergy45
5:00	5:00～5:30 GroupFight30		5:00～5:30 GroupCentergy30	5:00～5:45 GroupGroove45	5:00～5:45 GroupFight45	5:00～5:30 GroupCentergy30	5:00～5:30 GroupGroove30
6:00	6:00～6:45 GroupCentergy45		6:00～6:45 GroupGroove45	6:00～6:30 GroupFight30	6:00～6:30 GroupCentergy30	6:00～6:30 GroupGroove30	6:00～6:30 GroupFight30
7:00	7:00～7:30 GroupGroove30		7:00～7:30 GroupFight30	7:00～7:30 GroupCentergy30	7:00～7:45 GroupGroove45	7:00～7:30 GroupFight30	7:00～7:45 GroupCentergy45
8:00	8:00～8:45 GroupFight45		8:00～8:45 GroupCentergy45	8:00～8:30 GroupGroove30	8:00～8:30 GroupFight30	8:00～8:30 GroupCentergy30	8:00～8:30 GroupGroove30
9:00	9:00～9:15 GroupCentergy15		9:00～9:30 GroupGroove30	9:00～9:45 GroupFight45	9:00～9:30 GroupCentergy30	9:00～9:45 GroupGroove45	9:00～9:30 GroupFight30
10:00							
19:00							19:00～19:45 GroupGroove45
20:00							20:00～20:45 GroupCentergy45
21:00						21:00～21:45 GroupCentergy45	21:00～21:45 GroupGroove45
22:00		22:00～22:45 GroupFight45	22:00～22:30 GroupCentergy30	22:00～22:45 GroupCentergy45	22:00～22:45 GroupGroove45	22:00～22:30 GroupGroove30	22:00～22:30 GroupCentergy30
23:00		23:00～23:30 GroupCentergy30	23:00～23:45 GroupGroove45	23:00～23:30 GroupFight30	23:00～23:30 GroupFight30	23:00～23:45 GroupCentergy45	23:00～23:30 GroupGroove30

・・・英語音声でレッスンを行います。