



abiko studio time schedule

担当インストラクターが止むを得ず変更になる場合がございます。

	月	火	水	木	金	土	日
10:00	9:30~10:30 Relax	9:30~10:30 Detox	9:30~10:30 Basic	9:30~10:30 骨盤ケア	9:30~10:30 骨盤ケア	9:30~10:30 Relax	9:30~10:30 Basic
11:00	11:00~12:00 Basic	11:00~12:00 骨盤ケア	11:00~12:00 Detox	11:00~12:00 Basic	11:00~12:00 beautyflow	11:00~12:00 Detox	
12:00							11:30~12:30 Relax
13:00				13:00~14:00 beautyflow			13:00~14:00 骨盤ケア
14:00							
15:00				14:30~15:30 Relax			
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	18:30~19:30 Detox	18:30~19:30 Relax	18:30~19:30 Basic				
20:00	20:00~21:00 骨盤ケア	20:00~21:00 easyflow	20:00~21:00 骨盤ケア				
21:00							

Relax★
骨盤ケア★★

Basic★★★
Detox★★★

EF★★★★★
BF★★★★★