

2019年 7月 パーソナルジム『Aty』カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		
担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 チューブ 19:00~20:00 TRX&体幹	担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+		担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ		
8	9	10	11	12	13	14
	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング
担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 チューブ 19:00~20:00 TRX&体幹	担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+		担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ		
15	16	17	18	19	20	21
	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 飛鳥 パーソナルトレーニング
	担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+		担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ		
22	23	24	25	26	27	28
	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		担当: 結城 10:00~11:00 レーシング+	担当: 飛鳥 10:00~11:00 初級&体幹		
担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 チューブ 19:00~20:00 TRX&体幹	担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+		担当: 飛鳥 19:00~20:00 瞬発系 20:00~21:00 レーシング+	担当: 飛鳥 18:00~19:00 TRX&体幹 19:00~20:00 チューブ		
29	30	31				
担当: 飛鳥 17:00~18:00 ジュニア 18:00~19:00 チューブ 19:00~20:00 TRX&体幹						