

第22回TUシェイプアップ大作戦日程表

期間：2021年8月23日(月)～10月24日(日)

リズボク：全43レッスン

TUKALI：全43レッスン

合計86レッスン

8月9月

月	火	水	木	金	土	日
		8/25	26	27	28	29
19:00 リズボクコース		19:00 TUKALIコース	13:30 TUKALIコース		13:00 TUKALIコース	12:00 リズボクコース
20:00 TUKALIコース		20:00 リズボクコース	19:00 リズボクコース		14:00 リズボクコース	13:00 TUKALIコース
30	31	9/1	2	3	4	5
19:00 リズボクコース		19:00 TUKALIコース	13:30 TUKALIコース		13:00 TUKALIコース	12:00 リズボクコース
20:00 TUKALIコース		20:00 リズボクコース	19:00 リズボクコース		14:00 リズボクコース	13:00 TUKALIコース
6	7	8	9	10	11	12
19:00 リズボクコース		19:00 TUKALIコース	13:30 TUKALIコース		13:00 TUKALIコース	12:00 リズボクコース
20:00 TUKALIコース		20:00 リズボクコース	19:00 リズボクコース		14:00 リズボクコース	13:00 TUKALIコース
13	14	15	16	17	18	19
19:00 リズボクコース		19:00 TUKALIコース	13:30 TUKALIコース		13:00 TUKALIコース	12:00 リズボクコース
20:00 TUKALIコース		20:00 リズボクコース	19:00 リズボクコース		14:00 リズボクコース	13:00 TUKALIコース
20	21	22	23	24	25	26
祝日のため 大作戦レッスン お休み		19:00 TUKALIコース	祝日のため 大作戦レッスン お休み		13:00 TUKALIコース	12:00 リズボクコース
		20:00 リズボクコース			14:00 リズボクコース	13:00 TUKALIコース

10月

月	火	水	木	金	土	日
27	28	29	30	10/1	2	3
19:00 リズボクコース		19:00 TUKALIコース	13:30 TUKALIコース		13:00 TUKALIコース	12:00 リズボクコース
20:00 TUKALIコース		20:00 リズボクコース	19:00 リズボクコース		14:00 リズボクコース	13:00 TUKALIコース
4	5	6	7	8	9	10
19:00 リズボクコース		19:00 TUKALIコース	13:30 TUKALIコース		13:00 TUKALIコース	12:00 リズボクコース
20:00 TUKALIコース		20:00 リズボクコース	19:00 リズボクコース		14:00 リズボクコース	13:00 TUKALIコース
11	12	13	14	15	16	17
19:00 リズボクコース		19:00 TUKALIコース	13:30 TUKALIコース		13:00 TUKALIコース	12:00 リズボクコース
20:00 TUKALIコース		20:00 リズボクコース	19:00 リズボクコース		14:00 リズボクコース	13:00 TUKALIコース
18	19	20	21	22	23	24
19:00 リズボクコース		19:00 TUKALIコース	13:30 TUKALIコース		13:00 TUKALIコース	12:00 リズボクコース
20:00 TUKALIコース		20:00 リズボクコース	19:00 リズボクコース		14:00 リズボクコース	13:00 TUKALIコース

は、定員数があり、予約が必要となるレッスンです。
状況により、レッスン時間・スケジュールが変更となる可能性があります。