

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

SUN

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

OPEN 9 : 00 ※ 土曜日も9 : 00からOPEN (幼児体操のみ8 : 00から開講)				幼児体操 (年中・年長) 岡本 8:00~9:00		OPEN 9 : 00
★カテゴリ変更				小学生体操 (小学校1~3年) 岡本 9:00~10:00		キッズリズム体操 (年中・年長) 三條 9:00~10:00
ラテンフィットダンス 井上 10:00~10:45	FIGHT DO ★ 鳴海 10:00~10:45	パワーヨガ ★ 高橋 有紀 10:00~10:45	バレエ ★ 掛場 10:00~10:45	フェイスタオル (約34×85cm) 持参		暗闇UBOUND ★ 山川 10:15~11 : 00
ヨガ ★ 春野 11:00~11:45	かんたんフィットダンス 岡本 11:00~11:45	FIGHT DO 福田 11:15~12:00	FIGHT DO ★ 山川 11:00~11:45	かんたんミュージック トレーニング ★ 福田 11:15~12:00	タオルストレッチ ★ 青貝 11:15~12:00	
かんたん誰でもトレ スタッフ 12:15~12:45	コンディショニング 岡本 12:00~12:30	フィットダンス 岡本 12:15~13:00	暗闇UBOUND ★ 山川 12:00~12:45	ヨガ 鈴木 12:15~13:00		CHAKABOOM 青貝 12:15~13:00
ジャズダンス KEIKO 13:15~14:00	かんたん誰でもトレ スタッフ 13:30~14:00	スタジオ開放 13:00~15:00	スタジオ開放 12:45~15:00	格闘 オリジナル ★ 渡部 13:15~14:00		骨盤リセット ★ 青貝 定員13名 13:15~14:00
リラックスストレッチ ★ KEIKO 14:15~15:00	エンジョイHIPHOP AYAKO 14:15~15:00	CLOSE		依りセットストレッチ+リンパ流し ★ 渡部 14:15~15:00		
	KIDSダンス入門 (年中・年長) AYAKO 15:30~16:30	幼児体操 (年中・年長) 岡本 15:30~16:30	幼児体操 (年中・年長) 岡本 15:30~16:30			
	KIDSダンス初級 (小学校1~3年) SAORI 16:30~17:30		小学生体操 (小学校1~3年) 岡本 16:30~17:30			FIGHT DO 福田 16:30~17:15
スタジオ開放 17:00~18:30	KIDSダンス中級 (小学校4~6年) SAORI 17:30~18:30					暗闇UBOUND ★ 田村 17:45~18:30
骨盤リセット ★ 青貝 定員13名 19:00~19:45				MEGA DANZ 高橋 愛 18:45~19:30		
	FIGHT DO 山川 19:45~20:30	MEGA DANZ HANAKO 19:45~20:30	FIGHT DO ★ 関口 19:45~20:30	UBOUND 高橋 愛 19:45~20:30		
CHAKABOOM 青貝 20:15~21:00	暗闇UBOUND ★ 山川 20:45~21:30	ダンスストレッチ HANAKO 20:45~21:30	かんたんフィットダンス ★ 関口 20:45~21:30			CLOSE 19 : 00
				CLOSE 21 : 00		
CLOSE 23 : 00						