

※ 2024年10月からのスケジュールとなります。9月まではWEBでご確認ください。

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
8 ●	OPEN 9:00 ※ 土曜日も9:00からOPEN (幼児体操のみ8:00から開講) ※ 祝日は19:00までの営業のため、18:00以降のレッスンはお休みとさせていただきます (キッズレッスンは除く)					幼児体操 (4~6歳) 8:00~9:00 岡本	OPEN 9:00
9 ●	【ご注意ください】 インストラクターとの契約を含むさまざまな運営上の理由により、不定期にスケジュール変更(内容変更、休講、閉講など)を行う場合がございます。予めご了承ください。					小学生体操 (小学校1~2年) 9:00~10:00 岡本	
10 ●	UBOUND 10:00~10:45 田村	ZUMBA 10:00~10:45 KAZU	ボディバランスヨガ 10:00~10:45 高橋 有紀	バレエ ★バレエシューズか靴下を持参 10:00~10:45 掛場			FIGHT DO FREE 10:15~11:00 山川
11 ●	ヨガ 11:00~11:45 春野	MEGADANZ 11:00~12:00 atsuko	FIGHT DO 11:00~11:45 福田	ジャズダンス 11:00~11:45 掛場		FIGHT DO 11:00~11:45 福田	NEW ダンスストレッチ 11:15~12:00 YUUKA
12 ●	美コアメソッド ★限定16名 12:00~12:45 春野	ピラティス ★限定16名 12:15~13:00 atsuko	UBOUND 12:00~12:45 福田	UBOUND 12:00~12:45 山川		ヨガ 12:00~13:00 鈴木	ZUMBA 12:15~13:00 YUUKA
13 ●	ラテンフィットダンス 13:00~13:45 井上	HIP-HOP 13:15~14:00 SAORI		FIGHT DO 13:00~13:45 山川		NEW ZUMBA 13:15~14:00 KURIRIN	MEGADANZ 13:15~14:00 YUUKA
14 ●	スタジオ開放 13:45~17:00	みんなのフラ 14:15~15:15 MOTOMI		スタジオ開放 13:45~15:00		NEW ルーシーダットン ~コア強化~ 14:15~15:00 JUNKO	美コアメソッド ★限定16名 14:15~15:00 井上
15 ●			幼児体操 (4~6歳) 15:00~16:00 岡本				
16 ●			小学生体操 (小学校1~2年) 16:00~17:00 岡本	小学生体操 (小学校1~2年) 16:00~17:00 岡本	CLOSE		
17 ●		キッズダンス初級 (小学校1~3年) 16:30~17:30 SAORI					
18 ●		キッズダンス中級 (小4~中3) 17:30~18:30 SAORI	スタジオ開放 17:30~19:00				
19 ●						FIGHT DO 18:45~19:30 山川	
20 ●	ZUMBA 19:45~20:30 ERIKA	FIGHT DO 19:45~20:30 山川	MEGADANZ 19:45~20:30 Megg	フィットダンス初級 19:45~20:30 関口		UBOUND 19:45~20:30 山川	CLOSE 19:00
21 ●	POP ヨガ 20:45~21:30 ERIKA	UBOUND 20:45~21:30 山川	Figure8 20:45~21:30 Megg	FIGHT DO 20:45~21:30 関口		CLOSE 21:00	
22 ●							