

|    | MON                                                                                                              | TUE                                             | WED                                  | THU                                        | FRI   | SAT                                                         | SUN                                      |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------|-------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 8  | OPEN 9:00<br>・土曜日、日曜日も 9:00 から OPEN (バブル体操教室は 8:00 から)<br>・祝日は 19:00 までの営業のため、18:00 以降のレッスンは休講となります (バブル体操教室は除く) |                                                 |                                      |                                            |       | バブル体操<br>(幼児 B 年中～年長)<br>8:00 ～ 8:50                        | バブル体操<br>(幼児 B 年中～年長)<br>8:00 ～ 8:50     |
| 9  | 【ご注意ください】<br>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。                    |                                                 |                                      |                                            |       | バブル体操<br>(小学生 年長～小 6)<br>9:00 ～ 9:50                        | バブル体操<br>(小学生 年長～小 6)<br>9:00 ～ 9:50     |
| 10 | UBOUND<br>10:00～10:45<br>田村                                                                                      | ZUMBA<br>10:00～10:45<br>KAZU                    | ボディバランスヨガ<br>10:00～10:45<br>高橋 有紀    | バレエ<br>★バレエシューズか靴下を持参<br>10:00～10:45<br>掛場 | CLOSE |                                                             |                                          |
| 11 | ヨガ<br>11:00～11:45<br>春野                                                                                          | MEGADANZ<br>11:00～12:00<br>atsuko               | FIGHT DO<br>11:00～11:45<br>福田        | ジャズダンス<br>11:00～11:45<br>掛場                |       | FIGHT DO<br>11:00～11:45<br>福田                               | FIGHT DO FREE<br>11:15～12:00<br>山川       |
| 12 | 美コアメソッド<br>★限定 16 名<br>12:00～12:45<br>春野                                                                         | ピラティス<br>★限定 16 名<br>12:15～13:00<br>atsuko      | UBOUND<br>12:00～12:45<br>福田          | UBOUND<br>12:00～12:45<br>山川                |       | ヨガ<br>12:00～13:00<br>鈴木                                     | ダンスストレッチ<br>12:15～13:00<br>YUUKA         |
| 13 | かんたんステップ<br>★限定 15 名<br>13:00～13:45<br>井上                                                                        | HIP-HOP<br>13:15～14:00<br>SAORI                 |                                      | FIGHT DO<br>13:00～13:45<br>山川              |       | ZUMBA<br>13:15～14:00<br>KURIRIN                             | MEGADANZ<br>13:15～14:00<br>YUUKA         |
| 14 | スタジオ開放<br>13:45～17:00                                                                                            | みんなのフラ<br>14:15～15:15<br>MOTOMI                 |                                      |                                            |       | ルーシーダットン<br>～コア強化～<br>隔週 (第 2・4) 開催<br>14:15～15:00<br>JUNKO | 美コアメソッド<br>★限定 16 名<br>14:15～15:00<br>井上 |
| 15 |                                                                                                                  |                                                 |                                      |                                            |       |                                                             |                                          |
| 16 |                                                                                                                  |                                                 | バブル体操<br>(幼児 A 年少～年中)<br>15:30～16:20 |                                            |       | バブル体操<br>(幼児 A 年少～年中)<br>15:30～16:20                        | バブル体操<br>(幼児 A 年少～年中)<br>15:30～16:20     |
| 17 |                                                                                                                  | キッズダンス初級<br>(小学校 1～3 年)<br>16:30～17:30<br>SAORI | バブル体操<br>(幼児 B 年中～年長)<br>16:30～17:20 |                                            |       | バブル体操<br>(幼児 B 年中～年長)<br>16:30～17:20                        | バブル体操<br>(幼児 B 年中～年長)<br>16:30～17:20     |
| 18 |                                                                                                                  | キッズダンス中級<br>(小 4～中 3)<br>17:30～18:30<br>SAORI   | バブル体操<br>(小学生 年長～小 6)<br>17:30～18:20 | スタジオ開放<br>17:30～19:00                      |       | バブル体操<br>(小学生 年長～小 6)<br>17:30～18:20                        | バブル体操<br>(小学生 年長～小 6)<br>17:30～18:20     |
| 19 |                                                                                                                  |                                                 |                                      |                                            |       | FIGHT DO<br>18:45～19:30<br>山川                               |                                          |
| 20 | ZUMBA<br>19:45～20:30<br>ERIKA                                                                                    | FIGHT DO<br>19:45～20:30<br>山川                   | 不定期レッスン<br>19:45～21:30<br>(時間は前後します) | フィットダンス初級<br>19:45～20:30<br>関口             |       | UBOUND<br>19:45～20:30<br>山川                                 | CLOSE<br>19:00                           |
| 21 | 骨盤エクササイズ<br>20:45～21:30<br>ERIKA                                                                                 | UBOUND<br>20:45～21:30<br>山川                     | ※ 開講時、掲示板等<br>でお知らせいたします。            | FIGHT DO<br>20:45～21:30<br>関口              |       | CLOSE<br>21:00                                              |                                          |
| 22 |                                                                                                                  |                                                 |                                      |                                            |       |                                                             |                                          |