

	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)					幼児体操 (年中・年長) 岡本 8:00~9:00	OPEN 9 : 00	
9	★ NEWレッスン ☆ NEWインストラクター				CLOSE	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	
10	ラテンフィットダンス ★☆☆ 井上 10:00~10:45	UBOUND 鳴海 10:00~10:45	ヨガ 高橋 有紀 10:00~10:45	ジャズダンス 掛場 10:00~10:45				FIGHT DO 山川 10:15~11 : 00
11	ベルビックスストレッチ ☆ 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	UBOUND 山川 11:00~11:45			FIGHT DO 福田 11:15~12:00	ヨガ 青貝 11:15~12:00
12	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	FIGHT DO 山川 12:00~12:45			ヨガ 鈴木 12:15~13:00	CHAKABOOM 青貝 12:15~13:00
13								
14	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			かんたんフィットダンス 渡部 13:15~14:00	美ボディエクササイズ 青貝 13:15~14:00
15	ピラティス KEIKO 14:15~15:00	エンジョイHIPHOP AYAOKO 14:15~15:00					ピラティス 渡部 14:15~15:00	
16		KIDSダンス入門 (年中・年長) AYAOKO 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				
17		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
18	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						UBOUND 田村 17:45~18:30
19	ヨガ 青貝 19:00~19:45						MEGA DANZ 高橋 愛 18:45~19:30	
20		FIGHT DO 山川 19:45~20:30	MEGA DANZ HANAKO 19:45~20:30	かんたんフィットダンス 関口 19:45~20:30			UBOUND 高橋 愛 19:45~20:30	
21	CHAKABOOM 青貝 20:15~21:00	UBOUND 山川 20:45~21:30	ダンスストレッチ HANAKO 20:45~21:30	FIGHT DO 関口 20:45~21:30				CLOSE 19 : 00
	CLOSE 23 : 00					CLOSE 21 : 00		

	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)					幼児体操 (4~6歳) 岡本 8:00~9:00	OPEN 9:00	
9	★ NEWレッスン				バレエシューズ もしくは靴下を ご持参ください!		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 (4~6歳) 三條 9:00~10:00
10	ラテンフィットダンス 井上 10:00~10:45	UBOUND 田村 10:00~10:45	ボディバランスヨガ ★ 高橋 有紀 10:00~10:45	★ バレエ 掛場 10:00~10:45			UBOUND 山川 10:15~11:00	
11	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 11:00~11:45	ジャズダンス 掛場 11:00~11:45		FIGHT DO 福田 11:15~12:00	美ボディエクササイズ 青貝 11:15~12:00	
12	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	UBOUND 山川 12:00~12:45		ヨガ 鈴木 12:15~13:00	CHAKABOOM 青貝 12:15~13:00	
13	ジャズダンス KEIKO 13:15~14:00	HIP-HOP SAORI 13:15~14:00	美尻&美脚 ★ スタッフ 13:15~14:00	FIGHT DO 山川 13:00~13:45		かんたんフィットダンス 渡部 13:15~14:00	ヨガ 青貝 13:15~14:00	
14	ピラティス KEIKO 14:15~15:00	★ みんなのフラ MOTOMI 14:15~15:15		スタジオ開放 13:45~15:00		ピラティス 渡部 14:15~15:00		
15					CLOSE			
16	スタジオ開放 15:00~17:00	キッズダンス入門 (年中・年長) SAORI 15:30~16:30	幼児体操 (4~6歳) 岡本 15:30~16:30	幼児体操 (4~6歳) 岡本 15:30~16:30			スタジオ開放 15:00~17:00	
17		キッズダンス初級 (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
18		キッズダンス中級 (小学校4~6年) SAORI 17:30~18:30						
19	★ 骨盤リセット 限定13名様 青貝 19:00~19:45					FIGHT DO FREE ★ 山川 18:00~18:45		
20		FIGHT DO 山川 19:45~20:30	MEGADANZ HANAKO 19:45~20:30	かんたんフィットダンス 関口 19:45~20:30		UBOUND 山川 19:00~19:45	CLOSE 19:00	
	CHAKABOOM 青貝 20:15~21:00							
		UBOUND 山川 20:45~21:30	ダンスストレッチ HANAKO 20:45~21:30	FIGHT DO 関口 20:45~21:30				
21						CLOSE 21:00		
	CLOSE 23:00							