



	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
9:00							
30							
10:00						9:30-10:20 ヨガストレッチ 〈矢野〉	9:30-10:20 パワーヨガ 〈山本〉
30							
11:00	10:30-11:30 エアロ& コンディショニング 〈小畑〉	10:30-11:20 ズンバGold 〈梶原〉	10:30-11:20 コンビエアロ 〈林〉	10:30-11:20 ズンバStep 〈YOKO〉	10:30-11:30 ハタヨガ 〈武内〉	10:30-11:20 ズンバ 〈Junko〉	10:30-11:30 コンビSTEP 〈河合〉
30							
12:00	11:40-12:40 コンビエアロ 〈NOYURI〉	11:30-12:30 ジャズダンス 〈yu-ri〉	11:40-12:40 骨盤エクササイズ 〈北村〉	11:30-12:00 ポルドブラ〈YOKO〉	11:40-12:30 コンビエアロ 〈増淵〉	11:30-12:20 フロ योग 〈容子〉	11:50-12:50 マーシャルアーツ 〈古賀〉
30							
13:00	12:50-13:50 ペルビックストレッチ 〈志手〉	12:40-13:30 シンプルエアロ 〈原田〉	13:00-14:00 整体ヨーガ 〈藤村〉	12:10-13:00 シンプルエアロ 〈池田〉	12:40-13:30 ボディ コンディショニング 〈増淵〉	12:30-13:30 エアロ& コンディショニング 〈NOYURI〉	13:10-14:00 マットピラティス 〈Tomomi〉
30							
14:00	14:00-15:00 ハタヨガ 〈長又〉	13:50-14:50 パワーヨガ 〈竹下〉	14:20-15:20 ファイティング エクササイズ	14:20-15:20 ボディ コンディショニング 〈持丸〉	13:40-14:40 KAZE 〈上田〉	13:40-14:40 アシュタンガヨガ 〈mami〉	
30							
15:00	15:20-16:00 ショートヨガ 〈吉田(涼)〉	15:00-16:00 マットピラティス 〈桑田〉	15:30-16:20 コンビSTEP 〈河合〉	15:30-16:30 フラダンス 〈sayaka〉	15:00-16:00 パワーヨガ 〈山本〉	14:50-15:50 ストリートダンス 〈MASAKI〉	14:40-15:20 ♯ボディ コンディショニング
30							
16:00		16:10-17:10 バレエ 〈守谷〉	16:30-17:30 ピラティス 〈赤保木〉		16:10-17:10 カリビアン ダンス エクササイズ 〈高取〉	16:00-16:50 STEP by STEP 〈堀〉	15:30-16:20 シンプルエアロ 〈松沢〉
30							
17:00						17:00-18:00 太極拳 〈原田〉	16:30-17:30 ズンバ 〈拓音〉
30							
18:00							
30							
19:00					19:00-20:00 フロ योग 〈mami〉		
30							
20:00	19:30-20:30 有料 空手 〈田口〉	19:30-20:30 アシュタンガヨガ 〈mami〉	19:30-20:30 ズンバ 〈竹原〉	19:30-20:20 コンビエアロ 〈根岸〉		20:00-21:00 有料 空手 〈関本〉	
30							
21:00		20:40-21:40 ピラティス 〈向山〉	20:40-21:30 シンプルSTEP 〈粕谷〉	20:30-21:30 ストレングス サーキット 〈林〉	20:10-21:10 コンビエアロ 〈鈴木〉		
30							
22:00							