

# 2月 スタジオプログラム (休館日 14・28日)

	月		火		水(第2・4定休日)		木		金		土		日	
	Aスタジオ	格闘技スタジオ	Aスタジオ	格闘技スタジオ	Aスタジオ	格闘技スタジオ	Aスタジオ	格闘技スタジオ	Aスタジオ	格闘技スタジオ	Aスタジオ	格闘技スタジオ	Aスタジオ	格闘技スタジオ
9:30														
9:45														
10:00	ヨガ50		健康体操		骨盤体操		太極拳		初めてのバレエ		健康体操		健康体操	
10:15	10:00~10:50		10:00~10:45		10:00~10:45		道楽		10:00~11:00		10:00~10:45		10:00~10:45	
10:30	yumie		渡辺		三瓶				矢口		佐久間(大)★		阿部★	
10:45							10:15~11:15		(竹内ひとみバレエ)					
11:00	初めてのバレエ		ズンパ45		ボディコンバット45						キッズ武道・格闘技		ピラティス	
11:15	11:00~12:00		11:00~11:45		11:00~11:45				ヨガ		(小学生以下)		11:00~12:00	武道・格闘技スクール
11:30	矢口		石亀		丹治				11:15~12:15		柔術(有料)		鈴木	ムエタイ
11:45	(竹内ひとみバレエ)								MEGUMI		(プレイブハート)			(有料)
12:00			ボディジャム45								10:30~11:45			11:15~12:45
12:15	ボディアタック45		12:00~12:45		初めてのHIP HOP									ヨックタイ
12:30	12:15~13:00		橋本		12:15~13:15									
12:45	佐久間(静)				橋本				ボディジャム60				ボディパンプ60	
13:00									12:30~13:30				12:30~13:30	
13:15	ボルドブラ		ルーシーダットン						橋本				斎藤★	武道・格闘技スクール
13:30	13:15~14:00		13:15~14:15											ボクシング
13:45	三瓶		MEGUMI											(有料)
14:00														13:00~14:30
14:15	メディカルヨーガ				メディカルヨーガ									ヨックタイ
14:30	14:15~15:15				14:15~15:15									
14:45	ヨーガ療法士			14:30~15:30	ヨーガ療法士									
15:00				プレイブハート										
15:15														
15:30														
15:45														
16:00														
16:15														
16:30														
16:45														
17:00														
17:15														
17:30														
17:45														
18:00														
18:15														
18:30														
18:45														
19:00	ピラティス													
19:15	19:00~20:00													
19:30	鈴木 or SAYAKA													
19:45		(高校生以上)												
20:00		修斗(有料)												
20:15	ボディコンバット60	19:30~20:45												
20:30	20:15~21:15													
20:45	丹治													
21:00		(高校生以上)												
21:15		柔術(有料)												
21:30	ボディパンプ60	21:00~22:30												
21:45	21:30~22:30													
22:00	渡辺★													
22:15														
22:30														
22:45														
23:00														
23:15														
23:30														
23:45														
0:00														

※ ★印がついたレッスンは、定員制となっております。整理券をお持ちの上ご参加下さい

※ レッスン開始10分以降の入室、参加は安全管理のためご遠慮いただきます。

※ 代行・休講があります、御注意ください。