

LESSON TIME SCHEDULE スケジュール

月曜日～金曜日 9:00-23:15
土・日曜日・祝日 9:30-21:00

🕒	MON.			🕒	TUE.			🕒	WED.			🕒	THR.			🕒	FRI.			🕒	SAT.			🕒	SUN.		
	A.studio	B.studio	C.studio		A.studio	B.studio	C.studio		A.studio	B.studio	C.studio		A.studio	B.studio	C.studio		A.studio	B.studio	C.studio		A.studio	B.studio	C.studio		A.studio	B.studio	C.studio
8				8				8				8				8				8				8			
9				9				9				9				9				9				9			
10				10	10:30-11:15 筋トレ&機能改善 ストレッチ はつみ 無料		10:15-11:00 身体整えるヨガ 宮下 無料	10	9:30-10:00 レンタルスタジオ			10	9:30-10:00 レンタルスタジオ			10	9:30-10:00 レンタルスタジオ			10				10			
11				11				11				11				11				11	11:15-12:00 AEROSTER X 藤井			11			
12				12				12				12				12				12				12			
13				13				13				13				13				13	13:10-14:10 BAILA BAILA 藤井			13			
14				14				14				14				14				14				14			
15	15:00-15:30 BAILABAILA ストレッチヨガ 藤井 無料			15				15				15				15				15	14:50-15:35 RPM ZONE 無料			15			
16				16				16				16				16				16				16			
17	17:30-20:30 レンタル スタジオ AKI			17				17				17				17				17				17			
18				18				18				18				18				18				18			
19				19	19:15-20:15 レンタル スタジオ AKI			19				19				19				19				19			
20				20				20				20				20				20				20			
21	20:50-21:50 DDD Style Hip Hop 山口			21				21				21				21				21				21			
22				22				22				22				22				22				22			

スタジオ定員について
ボディバンプ / ステップ / ヨガ / ピラティス /
ボディバランス / その他マット系
【Aスタジオ】15名
【Cスタジオ】マット系18名、ボディバンプ15名
※密接にならないよう間隔を保って行うため、上記のプログラムに
関してはしばらく、定員数を調整させていただきます。
皆様のご理解とご協力をお願いいたします。