

工事期間中 タイムテーブル

9月1日

9月2日

9月3日

9月4日

9月5日

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	
9:20						9:20
9:30	9:20~10:05/【45分】 オリジナルエアロ(上級) 石黒 定員:37名	9:20~10:05/【45分】 SALSATION(サルセーション) 奈実 定員:50名	9:20~10:00/【40分】 マットピラティス 二三枝 定員:37名	9:20~9:50/【30分】 背骨コンディショニング/aiko 定員:37名		9:30
10				10:00~10:45/【45分】 aiko 定員:37名		10
30	10:15~11:00/【45分】 姿勢改善ストレッチボール DEエクササイズ/石黒 定員:37名	10:15~10:50/【35分】 CORBOROGY(コロロジ-) 奈実 定員:50名	10:10~10:40/【30分】 太極舞/二三枝 定員:50名		10:20~11:00/【40分】 レギュラーエアロ 古橋 定員:37名	30
11		11:00~11:40/【40分】 ジャズダンス(初級) 茜 定員:37名	10:50~11:30/【40分】 ダンステイストエアロ 春菜 定員:37名	10:55~11:25/【30分】 かんたんエアロ/唯夏子 定員:50名		11
30	11:10~11:40/【30分】 かんたんエアロ/伊藤ひろみ 定員:50名		11:40~12:20/【40分】 レギュラーステップ 春菜 定員:37名	11:35~12:05/【30分】 ヨガ/唯夏子 定員:37名	11:15~12:00/【45分】 リトモス 古橋 定員:37名	30
12	11:50~12:30/【40分】 ヨガ/伊藤ひろみ 定員:37名	11:50~12:30/【40分】 ダンスエアロ(中上級) 茜 定員:37名				12
30		12:40~13:00/【20分】 かんたん身体づくりトレーニング/松本 定員:37名	12:30~13:15/【45分】 戸塚雅操体ヨーガ 三倉 定員:37名	12:15~12:55/【40分】 オリジナルステップ(上級) 平井 定員:37名	12:20~13:05 流行(りゅうこう)ダンスレッスン URUCHI 定員:50名	30
13	12:45~13:25/【40分】 バランスコーディネーション 梅原 定員:37名	13:10~13:50/【40分】 ボクシングエアロ 松本 定員:37名	13:25~14:10/【45分】 ZUMBA SAYU 定員:50名	13:10~13:50/【40分】 背骨コンディショニング 三浦 定員:37名		13
30	13:35~14:20/【45分】 レギュラーエアロ 市川明子 定員:37名	14:00~14:30/【30分】 かんたんステップ/伊藤ひろみ 定員:37名	14:20~15:00/【40分】 背骨コンディショニング 新保 定員:37名	14:00~14:40/【40分】 アィドルダンス yuipan 定員:50名	13:20~14:05 背骨コンディショニング 唯夏子 定員:37名	30
14		14:40~15:20/【40分】 ちびボールエクササイズ 伊藤ひろみ 定員:37名		14:50~15:30/【40分】 マットピラティス 真希 定員:37名		14
30	14:45~16:00 ジャズダンス (基礎クラス) カルチャー 【有料レッスン】					30
15			15:30~18:30 ジュニア スポーツ スクール		14:30~17:30 空手 ジュニア スクール	15
30						30
16						16
17	16:30~17:30 キッズダンス スクール			16:30~17:30 キッズダンス スクール		17
18				18:15~18:55/【40分】 UBOUND リトモス 定員:37名		18
30	18:15~19:00/【45分】 マットピラティス 小林愛 定員:37名	18:20~19:00/【40分】 ヨガ/藤本 定員:37名	18:40~19:10/【30分】 リトモス/茜 定員:37名			30
19		19:10~19:40 FIGHT DO 田原 定員:37名	19:20~20:05/【45分】 ダンスエアロ(中上級) 茜 定員:37名	19:15~19:55/【40分】 ZUMBA 新保 定員:50名		19
30	19:15~20:00/【45分】 オリジナルエアロ(上級) 平井 定員:37名	19:50~20:30/【40分】 レギュラーステップ 市川 定員:37名				30
20			20:15~20:45/【30分】 脂肪燃焼エアロ/唯夏子 定員:50名	20:10~20:40/【30分】 背骨コンディショニング/新保 定員:37名		20
30	20:15~21:00/【45分】 UBOUND 平井 定員:37名	20:40~21:10/【30分】 ヨガ/杉本 定員:37名	20:55~21:25/【30分】 ストレッチボール/唯夏子 定員:37名			30
21						21
30						30
22						22

工事期間中 タイムテーブル

9月7日

9月8日

9月9日

9月10日

9月11日

9月12日

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	
9:20							9:20
9:30	9:20~10:00/【40分】 マットピラティス 真希 定員:37名	9:20~10:00/【40分】 ヨガ/伊藤ひろみ 定員:37名	9:20~10:05/【45分】 SALSATION(サルセーション) 奈実 定員:50名	9:20~9:50/【30分】 ダンスティストエアロ/春菜 定員:37名	9:20~9:50/【30分】 背骨コンディショニング/aiko 定員:37名		9:30
10							10
30	10:10~10:40/【30分】 かんたんトレーニング/田原 定員:37名	10:10~10:40/【30分】 かんたんエアロ/伊藤ひろみ 定員:50名	10:15~10:50/【35分】 CORBOROGY(コロボロジー) 奈実 定員:50名	10:00~10:40/【40分】 レギュラーステップ 春菜 定員:37名	10:00~10:45/【45分】 REGADAM aiko 定員:37名	10:20~11:00/【40分】 レギュラーエアロ 古橋 定員:37名	30
11	10:50~11:20/【30分】 FIGHT DO /田原 定員:37名	10:50~11:35/【45分】 オリジナルエアロ(上級) 石黒 定員:37名	11:00~11:40/【40分】 リラククスヨーガ 小出 定員:37名	10:50~11:30/【40分】 マットピラティス 二三枝 定員:37名	10:55~11:35/【40分】 かんたんエアロ&ストレッチ 唯夏子 定員:50名		11
30	11:30~12:10/【40分】 レギュラーエアロ 松本 定員:37名	11:45~12:30/【45分】 姿勢改善ストレッチポール DEエクササイズ/石黒 定員:37名	11:50~12:30/【40分】 SALSATION(サルセーション)/小出 定員:50名	11:40~12:20/【40分】 戸塚雅操体ヨーガ 三倉 定員:37名	11:45~12:15/【30分】 ポルドブラ/平井 定員:37名	11:15~12:00/【45分】 リトモス 古橋 定員:37名	30
12							12
30	12:20~13:05/【45分】 背骨コンディショニング 山口 定員:37名	12:40~13:25/【45分】 レギュラーエアロ 市川明子 定員:37名	12:40~13:00/【20分】 かんたん身体づくりトレーニング/松本 定員:37名	12:30~13:00/【30分】 かんたんエアロ/村松 定員:50名	12:25~13:05/【40分】 オリジナルステップ(上級) 平井 定員:37名	12:20~13:05/【45分】 流行(りゆうこう)ダンスレッスン URUCHI 定員:50名	30
13	13:15~14:00/【45分】 ZUMBA 久田 定員:50名	13:35~14:15/【40分】 芯(Shin)moveピラティス 市川 定員:37名	13:10~13:50/【40分】 ボクシングエアロ 松本 定員:37名	13:10~13:40/【30分】 かんたんステップ/村松 定員:37名	13:15~13:55/【40分】 背骨コンディショニング 三浦 定員:37名	13:20~14:05/【45分】 背骨コンディショニング 唯夏子 定員:37名	30
14							14
30	14:15~15:00/【45分】 レギュラーステップ 市川明子 定員:37名		14:00~14:30/【30分】 かんたんステップ/伊藤ひろみ 定員:37名	13:50~14:30/【40分】 ZUMBA SAYU 定員:50名	14:05~14:45/【40分】 マットピラティス 真希 定員:37名		30
15		14:45~16:00 ジャズダンス (基礎クラス) カルチャー 【有料レッスン】	14:40~15:20/【40分】 ちびボールエクササイズ 伊藤ひろみ 定員:37名	14:40~15:10/【30分】 太極拳/藤本 定員:50名	14:55~15:35/【40分】 アイドルダンス yuipan 定員:50名		15
30							30
16						14:30~17:30 空手 ジュニア スクール	16
17	16:30~18:30 ジュニア バレエ スクール	16:30~17:30 キッズダンス スクール		15:30~18:30 ジュニア スポーツ スクール	16:30~17:30 キッズダンス スクール		17
18							18
30		18:15~19:00/【45分】 マットピラティス 小林愛 定員:37名	18:20~19:00/【40分】 ヨガ 藤本 定員:37名	18:40~19:10/【30分】 リトモス 茜 定員:37名	18:15~18:45/【30分】 ヨガ/松下 定員:37名		30
19	18:45~19:15/【30分】 脂肪燃焼キック&パンチ aiko 定員:50名		19:10~19:40/【30分】 FIGHT DO 田原 定員:37名	19:20~20:05/【45分】 ダンスエアロ(中上級) 茜 定員:37名	18:55~19:35/【40分】 ヨガ/松下 定員:37名		19
30	19:25~20:10/【45分】 REGADAM aiko 定員:37名	19:10~19:50/【40分】 オリジナルエアロ(上級) 平井 定員:37名					30
20	20:20~21:00/【40分】 UBOUND エレメント 福元 定員:37名	20:00~20:30/【30分】 UBOUND 平井 定員:37名	19:50~20:30/【40分】 レギュラーステップ 市川 定員:37名	20:15~21:00/【45分】 アイドルだんす♪ yuipan 定員:50名	19:45~20:25/【40分】 ZUMBA 新保 定員:50名		20
30							30
21		20:40~21:20/【40分】 ヨガ/唯夏子 定員:37名	20:40~21:10/【30分】 ヨガ/杉本 定員:37名		20:35~21:05/【30分】 背骨コンディショニング 新保 定員:37名		21
30							30
22							22

工事期間中 タイムテーブル

9月14日

9月15日

9月16日

9月17日

9月18日

9月19日

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:20 9:30 10 30 11 30 12 30 13 30 14 30 15 30 16 30 17 30 18 30 19 30 20 30 21 30 22	9:20 9:30 10 30 11 30 12 30 13 30 14 30 15 30 16 30 17 30 18 30 19 30 20 30 21 30 22	9:20 9:30 10 30 11 30 12 30 13 30 14 30 15 30 16 30 17 30 18 30 19 30 20 30 21 30 22	9:20 9:30 10 30 11 30 12 30 13 30 14 30 15 30 16 30 17 30 18 30 19 30 20 30 21 30 22	9:20 9:30 10 30 11 30 12 30 13 30 14 30 15 30 16 30 17 30 18 30 19 30 20 30 21 30 22	9:20 9:30 10 30 11 30 12 30 13 30 14 30 15 30 16 30 17 30 18 30 19 30 20 30 21 30 22
9:20~10:00/【40分】 マットピラティス 真希 定員:37名	9:20~10:05/【45分】 オリジナルエアロ(上級) 石黒 定員:37名	9:20~9:50/【30分】 リラックスヨーガ 小出 定員:37名	9:20~10:00/【40分】 マットピラティス 二三枝 定員:37名	9:20~9:50/【30分】 背骨コンディショニング/aiko 定員:37名	
10:10~10:50/【40分】 歩きのコンディショニング 大石 定員:37名	10:15~11:00/【45分】 姿勢改善ストレッチボール DEエクササイズ/石黒 定員:37名	10:00~10:40/【40分】 SALSATION(サルセーション) 小出 定員:50名	10:10~10:40/【30分】 太極舞/二三枝 定員:50名	10:00~10:45/【45分】 MEGADANCE aiko 定員:37名	10:00~12:05 ジュニア スポーツ スクール
11:00~11:30/【30分】 かんたんステップ/大石 定員:37名	11:10~11:40/【30分】 かんたんエアロ/伊藤ひろみ 定員:50名	11:00~11:40/【40分】 ジャズダンス(初級) 茜 定員:50名	10:50~11:20/【30分】 ダンスティストエアロ/春菜 定員:37名	10:55~11:25/【30分】 かんたんエアロ/唯夏子 定員:50名	
11:40~12:20/【40分】 レギュラーエアロ 松本 定員:37名	11:50~12:30/【40分】 ヨガ/伊藤ひろみ 定員:37名	11:50~12:30/【40分】 ダンスエアロ(中上級) 茜 定員:37名	11:30~12:10/【40分】 レギュラーステップ 春菜 定員:37名	11:35~12:05/【30分】 ヨガ/唯夏子 定員:37名	
12:30~13:15/【45分】 背骨コンディショニング 山口 定員:37名	12:45~13:25/【40分】 バランスコーディネーション 梅原 定員:37名	12:40~13:00/【20分】 かんたん身体づくりトレーニング/松本 定員:37名	12:20~13:00/【40分】 戸塚雅操体ヨーガ 三倉 定員:37名	12:15~12:55/【40分】 ポールドブラ 平井 定員:37名	12:20~13:05 流行(りゅうこう)ダンスレッスン URUCHI 定員:50名
13:25~14:10/【45分】 レギュラーステップ 市川明子 定員:37名	13:35~14:20/【45分】 レギュラーエアロ 市川明子 定員:37名	13:10~13:50/【40分】 ボクシングエアロ 松本 定員:37名	13:10~13:40/【30分】 かんたんエアロ/村松 定員:50名	13:05~13:50/【45分】 オリジナルステップ(上級) 平井 定員:37名	13:20~14:05 背骨コンディショニング 唯夏子 定員:37名
14:25~15:10/【45分】 ZUMBA 久田 定員:50名	14:45~16:00 ジャズダンス (基礎クラス) カルチャー 【有料レッスン】	14:00~14:30/【30分】 かんたんステップ/伊藤ひろみ 定員:37名	13:50~14:20/【30分】 かんたんステップ/村松 定員:37名	14:00~14:45/【45分】 背骨コンディショニング 三浦 定員:37名	14:30~17:30 空手 ジュニア スクール
		14:40~15:20/【40分】 ちびボールエクササイズ 伊藤ひろみ 定員:37名	14:30~15:10/【40分】 背骨コンディショニング 新保 定員:37名	15:00~15:30/【30分】 UWB 伊東 定員:37名	
16:30~18:30 ジュニア バレエ スクール	16:30~17:30 キッズダンス スクール		15:30~18:30 ジュニア スポーツ スクール	16:30~17:30 キッズダンス スクール	
	18:20~19:00/【40分】 ヨガ 唯夏子 定員:37名	18:20~18:50/【30分】 FIGHT DO 田原 定員:37名	18:40~19:10/【30分】 リトモス/茜 定員:37名	18:15~18:55/【40分】 GROUND TEL4434 UBOUND 新保 定員:37名	
18:50~19:20/【30分】 マットピラティス(初級)/福元 定員:37名	19:15~20:00/【45分】 オリジナルエアロ(上級) 平井 定員:37名	19:00~19:40/【40分】 ヨガ/藤本 定員:37名	19:20~20:05/【45分】 ダンスエアロ/(中上級) 茜 定員:37名	19:15~19:55/【40分】 ZUMBA 新保 定員:50名	
19:30~20:15/【45分】 MEGADANCE aiko 定員:37名	20:15~21:00/【45分】 UBOUND 平井 定員:37名	19:50~20:30/【40分】 レギュラーステップ 市川 定員:37名	20:15~21:00/【45分】 アイドルだんす yuipan 定員:50名	20:10~20:40/【30分】 背骨コンディショニング/新保 定員:37名	
20:25~21:05/【40分】 背骨コンディショニング aiko 定員:37名		20:40~21:10/【30分】 ヨガ/杉本 定員:37名			

