【2024年1月～スタジオスケジュール】（12/21修正版）

★:定員15名　◎:WEB予約

		9:00	10：00	11：00	12：00	13：00	14：00	15：00	16：00	17：00	18：00	19：00	20：00	21：00	22：00
日	スタジオ1		かんたん筋トレ ★ 吉田 真希 10:30～11:15	UBOUND ★ 吉田真希 11:30～12:00	FIGHT DO 吉田真希 12:20～12:50	ヨガ 山下 直子 13:10～14:10 担当変更		体操幼児 関野 15:15～16:15	体操小学生 関野 16:30～17:30	体操小・中学生 関野 17：45～18：45					
	スタジオ2					バレエ幼児＆基礎クラス 酒井 裕子 幼児 13:00～13:45 基礎 13:00～14:00	クラシックバレエ大人 酒井 裕子 14:15～15:45	バレエジュニア＆アドバンスクラス 酒井 裕子 16:00～17:30							
月	スタジオ1		ハイ＆ロー45 三田 明美 10:30～11:15	ﾌｧﾝｸｼｮﾅﾙﾛｰﾗｰ ﾋﾞﾃｨｽ(初級) ★ 中島 まゆみ 11:35～12:35 時間変更		ヨガ 中島 まゆみ 12:50～13:50 時間変更	30ｶﾞ ｴｸｻｻｲｽﾞ スタッフ 14:00～14:30 曜日時間変更			空手(キッズ) 大塚 健人 17:10～18:10	空手(キッズ) 大塚 健人 18:20～19:20	空手強化選手コース 大塚 健人 19:30～21:00			
	スタジオ2		いきいき健康運動教室 スタッフ 9:30 ～ 11:00						ノビトレ 渡辺 重幸 16:30～17:30			FIGHT DO 吉田真希 19:30～20:15 クラス変更 担当変更			
火	スタジオ1		ハイ＆ロー45 ナタリー 10:30～11:15	ピラティス shi-ba 11:35～12:20	ﾌｧﾝｸｼｮﾅﾙ ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ shi-ba 12:35～13:05	ﾊﾞﾗﾝｽｺｰﾃﾞｨﾈｰｼｮﾝ 村上 美智子 13:20～14:05	ZUMBA® 村上 美智子 14:20～15:05					OXIGENO 日下部 恵美 19:15～20:15 曜日時間変更			
	スタジオ2		いきいき健康運動教室 スタッフ 9:30 ～ 11:00			ヨガ MSAMI 12:25～13:10 時間変更		ｼﾞｬｽﾞﾀﾞﾝｽﾘﾄﾙｷｯｽﾞ MEGUMI 15:50～16:50	ジャズダンスキッズ MEGUMI 17:00～18:00	ｼﾞｭﾆｱｸﾗｼｯｸﾊﾞﾚｴ(基礎) 酒井 裕子 18:10～19:10	ｼﾞｭﾆｱ＆ｱﾄﾞﾊﾞﾝｽ 酒井 裕子 19:15～20:45		バレエ大人 酒井 裕子 20:55～21:55	
水	スタジオ1		いきいき健康運動教室 スタッフ 9:30 ～ 11:00	スモールボール ★ 市川 弘美 11:15～12:00 クラス変更 担当変更	シンプルステップ ★ 市川 弘美 12:15～13:00 クラス名変更	OXIGENO 日下部 恵美 13:15～14:00 クラス名変更	アロマストレッチ 阿部 優貴 14:15～14:45	空手(キッズ) 大塚 健人 16:00～17:00	空手(キッズ) 大塚 健人 17:10～18:10	空手(キッズ) 大塚 健人 18:20～19:20	空手強化選手コース 大塚 健人 19:30～21:00				
	スタジオ2		アクティブシニア健康運動教室 高橋 由香 9:30～11：00						子ども書道 峰風 16:55～17:55						
木	スタジオ1		エアロ初級 市川 弘美 10:30～11:15	ヨガ 山下 直子 11:30～12:15	かんたんラテン 日下部 恵美 12:30～13:15	OXIGENO 日下部 恵美 13:30～14:00	ダンスエアロ ナタリー 14:15～15:00 クラス変更		ノビトレ 渡辺 重幸 16:30～17:30	ノビトレ 渡辺 重幸 17:45～18:45	バリエーションクラス 吉田 真希 19:15～20:00 時間変更				
	スタジオ2		いきいき健康運動教室 スタッフ 9:30～11：00		フラ・ダンス 後藤美幸 12:30～13:15					キッズヒップホップクラス 小池 千春 17:00～18:00	ジュニアヒップホップクラス 小池 千春 18:10～19:10	ヒップホップクラス 小池 千春 19:20～20:20			
金	スタジオ1		いきいき健康運動教室 スタッフ 9:30～11：00	ペルビックストレッチ ◎ のりこ 11:00～11:50 時間変更	ジャイロキネシス®Ⅱ ★ 島村 ゆい 12:10～12:55	エアロ初級 しんしん 13:15～14:00	マーシャルキッズ ボクシング しんしん 14:15～14:45 クラス変更	体操幼児 関野 15:00～16:00	体操小学生 関野 16:15～17:15	体操小・中学生 関野 17：30～18：30		UBOUND ★ shi-ba 19:30～20:15	ジャズ大人 YURIKA 20:40～21:40		
	スタジオ2		アクティブシニア健康運動教室 高橋 由香 9:30～11：00			ピラティス なおこ 13:15～14:00	大人書道 峰風 14:30～15:30		ジャズダンスジュニア MEGUMI 17:00～18:15	ジュニアタップ YURIKA 18:25～19:25		タップ大人 YURIKA 19:40～20:30			
土	スタジオ1		ボールエクササイズ ★ 佐藤 裕子 10:30～11:00	ヨガ 佐藤 祐子 11:15～12:00	エアロ初級 佐藤 祐子 12:15～13:00 クラス変更 担当変更		ジュニアタップ YURIKA 14:30～15:30	ﾁｱ幼児 (Little stars) 森 晃子 15:45～16:35	ﾁｱ小学生 (Twinkle Stars) 森 晃子 16：40～17：40	ﾁｱGold Ⅰ低学年 森 晃子 17:45～19:15	ﾁｱGold Ⅱ高学年 森 晃子 19:20～20:50				
	スタジオ2	空手強化選手コース 大塚 健人 9:00 ～ 10:30	空手(キッズ) 大塚 健人 10:40～11:40	空手(キッズ) 大塚 健人 11:50～12:50	空手(キッズ) 大塚 健人 13:00～14:00	空手(キッズ) 大塚 健人 14:10～15:10	体操幼児 関野 15:30～16:30	体操小学生 関野 16:45～17:45	体操小・中学生 関野 18:00～19:00						

※プログラムは変更になる可能性がございます。

※ ■■ のレッスンはスクール会員以外の方はご参加頂けません。