

時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
10:00	★ 10:00-10:45 レズミルズダンス45 反橋 定員数: 37名	10:00-11:00 オキシジェノ 麻田 定員数: 25名	10:00-10:45 ボディバランス45 工藤 定員数: 25名	10:00-10:45 リトモス 反橋 定員数: 37名	10:30-11:15 タイ式ヨガルーシーダットン 金谷 定員数: 25名	10:00-10:45 呼吸を深めるフローヨガ YUKIKO 定員数: 25名	★ 10:00-10:30 GRIT 千葉 定員数: 25名
11:00	★ 11:15-12:00 ボディコンバット45 島山 定員数: 37名	★ 11:30-12:15 メガダンス 麻田 定員数: 37名	11:15-11:45 レズミルズダンス30 片倉 定員数: 37名	★ 11:15-12:00 ボディジャム45 反橋 定員数: 37名	11:45-12:15 ユーバウンド30 坂本 定員数: 25名	★ 11:15-12:00 リトモス 反橋 定員数: 37名	★ 11:00-12:00 ボディジャム 反橋 定員数: 37名
12:00	12:30-13:30 姿勢改善ヨガ YUKIKO 定員数: 25名	12:45-13:30 ウェストシェイブ 坂本 定員数: 25名	★ 12:15-13:00 ボディコンバット45 横輪 定員数: 37名	12:30-13:15 ボディコンバット/ボディバンプ 小林 定員数: 37名/25名	12:45-13:30 ZUMBA Lisa 定員数: 37名	★ 12:30-13:15 ユーバウンド 坂本 定員数: 25名	★ 12:30-13:15 ボディバンプ45 原田 定員数: 25名
13:00	14:00-15:00 BAILABAILA Lisa 定員数: 37名	13:30-14:15 大人バレエスクール スキルアップクラス (有料) 工藤 定員数: 20名	★ 13:30-14:15 大人バレエスクール スキルアップクラス (有料) 工藤 定員数: 20名	14:00-15:00 ノンストップBAILABAILA Lisa 定員数: 37名	14:00-15:00 ノンストップBAILABAILA Lisa 定員数: 37名	CHANGE	★ 14:00-15:00 大人のバレエ 工藤 定員数: 25名
14:00	15:15-16:15 Lisaダンススクール ベーシック (有料) Lisa 定員数: 20名	CHANGE	14:30-15:15 大人バレエスクール やさしいバリエーション (有料) 工藤 定員数: 20名	15:45-16:45 POPダンス (有料) 後藤 定員数: 20名	15:45-16:45 POPダンス (有料) 後藤 定員数: 20名	15:15-16:15 大人バレエスクール バリエーション (有料) 工藤 定員数: 20名	CHANGE
15:00	16:00-17:00 ラテンダンススクール(有料) 村田 定員数: 20名	16:00-17:00 ラテンダンススクール(有料) 村田 定員数: 20名	16:00-17:00 ラテンダンススクール(有料) 村田 定員数: 20名	16:30-17:30 クラブ系ミュージックダンス ハマチャチャスクール(有料) RIKIYA 定員数: 30名	16:30-17:30 クラブ系ミュージックダンス ハマチャチャスクール(有料) RIKIYA 定員数: 30名	CHANGE	★ 16:45-17:15 レズミルズコア30 Reiko 定員数: 25名
16:00	17:00-18:00 ZUMBA 坂本 定員数: 37名	★ 17:00-18:00 ユーバウンド 坂本 定員数: 25名	★ 17:00-18:00 ZUMBA Lisa 定員数: 37名	★ 17:00-18:00 ボディコンバット45 島山 定員数: 37名	★ 17:00-18:00 ボディジャム45 小松 定員数: 37名	★ 17:00-18:00 ボディコンバット60 銘苅 定員数: 37名	★ 17:45-18:30 ストロングネーション 坂本 定員数: 25名
17:00	★ 19:00-19:45 ボディアタック60 銘苅 定員数: 37名	★ 19:00-19:45 ボディコンバット45 後藤 定員数: 37名	★ 19:00-20:00 ボディコンバット45/ボディバンプ45 島山/原田 定員数: 37/25名	★ 19:00-19:45 ボディバンプ45 原田 定員数: 25名	★ 19:00-19:45 ボディコンバット45 小松 定員数: 37名	★ 19:00-20:00 RPM45 (有料) 銘苅 定員数: 13名	
18:00	★ 21:45-22:15 GRIT 銘苅 定員数: 25名	★ 21:30-22:15 RPM45/Sprint30 (有料) 千葉 定員数: 13名	★ 21:45-22:15 GRIT 千葉 定員数: 25名	★ 21:30-22:15 ボディジャム45 後藤 定員数: 37名	★ 21:30-22:15 ポールストレッチ 片倉 定員数: 25名		
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							

・整理券はレッスン開始 1 時間前に配布開始いたします。(自店舗会員様・他店舗会員様どちらも)  
 ・優先入場予約/WEB予約にてお申込みのお客様はクラス開始5分前までスタジオまでお越しください。  
 クラス開始5分前よりキャンセル待ちのお客様のご入場を開始致します。

木曜日 週替わり(小林)  
 9・23日: ボディコンバット  
 16・30日: ボディバンプ

オプション契約が必要  
 新しいレッスン!  
 優先予約/WEB予約可能クラス  
 初心者でも参加しやすいレッスン!

月曜日 グリット(銘苅)  
 13日: ストレngthス  
 20日: アスレチック  
 27日: カーディオ

火曜日 週替わり(千葉)  
 7・21日: Sprint30  
 14・28日: RPM45

水曜日 グリット(千葉)  
 8日: カーディオ  
 15・29日: アスレチック  
 22日: ストレngthス

木曜日 週替わり(島山/原田)  
 8・22日: ボディコンバット  
 15・29日: ボディバンプ

日曜日 グリット(千葉)  
 19日: アスレチック  
 26日: ストレngthス