

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)	CHANGE (定員数: 25名) 10:15-11:15 タイ式ヨガルーシーダットン 金谷	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: 18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 ウェストシェイプ 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/ボディパンプ 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)	CHANGE (定員数: 37名) 12:30-13:15 ボディコンバット45 豊澤
14:00	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)		14:00-15:00 ノンストップBAILABAILA Lisa (定員数: 37名)	CHANGE (定員数: 25名) ★ 13:45-14:30 ボディパンプ45 原田	14:00-15:00 大人のバレエ 工藤 (定員数: 25名)
15:00	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)		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)				15:15-16:15 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)
16:00			16:00-17:00 ラテンダンススクール(有料) 村田 (定員数: 20名)		15:45-16:45 POPダンス(有料) 後藤 (定員数: 20名)		
17:00						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)	16:45-17:15 レズミルズコア30 Reiko (定員数: 25名)
18:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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)</li> <li>・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。</li> </ul>						
19:00	★ 19:00-19:45 ZUMBA 坂本 (定員数: 37名)	★ 19:00-19:45 ユーバウンド 坂本 (定員数: 25名)	★ 19:00-20:00 ZUMBA Lisa (定員数: 37名)	★ 19:00-19:45 ボディコンバット45 島山 (定員数: 37名)	★ 19:00-19:45 ボディジャム45 小松 (定員数: 37名)	★ 19:00-20:00 ボディコンバット60 銘苅 (定員数: 37名)	
20:00	NEW CHANGE (定員数: 25名) ★ 20:15-21:00 レズミルズシェイプス45 銘苅	★ 20:15-21:00 ボディコンバット45 後藤 (定員数: 37名)	CHANGE (定員数: 37名) ★ 20:30-21:30 ボディアタック60 豊澤	★ 20:15-21:00 ボディパンプ45 原田 (定員数: 25名)	★ 20:15-21:00 ボディコンバット45 小松 (定員数: 37名)	★ 20:30-21:15 RPM45 (有料) 銘苅 (定員数: 13名)	
21:00	CHANGE (定員数: 18名) ★ 21:30-22:00 GRIT 銘苅	21:30-22:15/22:00 RPM45/Sprint30 (有料) 千葉 (定員数: 13名)	CHANGE (定員数: 18名) ★ 22:00-22:30 GRIT 千葉	★ 21:30-22:15 ボディジャム45 後藤 (定員数: 37名)	21:30-22:15 からだほぐしストレッチ 片倉 (定員数: 25名)		
22:00							
23:00							

6月よりGRIT定員数を  
変更いたします。  
**25名→18名**