

2024年5月1日～5月6日 GWレッスンスケジュール

	通常営業 ※一部レッスン変更有		通常営業		祝日営業 ※スタジオ・TRXレッスン無し		休館日		祝日営業 ※スタジオ・TRXレッスン無し		祝日営業	
	5/1(水)		5/2(木)		5/3(金) 憲法記念日		5/4(土) みどりの日		5/5(日) こどもの日		5/6(月) 振替休日	
時間	1 ST	2 ND	1 ST	2 ND	1 ST	2 ND	1 ST	2 ND	1 ST	2 ND	1 ST	2 ND
10:30			ZUMBA45	はじめてフラダンス	ジムエリアのみ営業 全日レッスン無し				ジムエリアのみ営業 全日レッスン無し			1STスタジオのみ実施
11:00	メガダンス45 10:30～11:15 東野 祐美子	バレエ50 10:30～11:20 鈴木 カロリナ	10:20～11:05 峯 知春	10:15～10:55 川村 美佐子							ステップ40 10:30～11:10 土信田 有紀	
11:30			オキシジェノ30 11:25～11:55 峯 知春	フラダンス50 11:15～12:05 川村 美佐子							エアロ50ミドル 11:30～12:20 土信田 有紀	
12:00	リトモス45 11:35～12:20 千葉 沙智子	ジャズ50 11:40～12:30 FUMIKO										
12:30			はじめてエアロ40 12:15～12:55 新銀 幸子	チアエクササイズ 12:25～13:15 佐々木 真里奈								
13:00	ラテンエアロ50 13:00～13:50 新銀 幸子										ファイトウ45 12:40～13:25 熊谷 祐馬	
13:30			リトモス45 13:25～14:10 土岐 一臣									
14:00		バレトン30 13:40～14:10 相馬 かおる	呼吸法ヨガ50 13:40～14:30 越後 美代子								呼吸法ヨガ50 13:45～14:35 越後 美代子	
14:30	ZUMBA50 14:15～15:05 木村 宏美	バランスボール 14:30～15:00 鈴木 美波	メガダンス45 14:30～15:15 土岐 一臣									
15:00											ジャズ基礎 14:55～15:25 FUMIKO	
15:30												
16:00			リフレッシュエアロ 15:25～16:15 高橋 裕貴子								ジャズ50 15:45～16:35 FUMIKO	
16:30												
17:00												
17:30		バレエ										
18:00		★キッズスクール 17:00～17:50										
19:00	エアロ50ロー 18:40～19:30 土信田 有紀	FITヨガ ※20名まで 18:45～19:30 鈴木 美波	メガダンス45 18:45～19:30 土岐 一臣									
19:30												
20:00	リトモス45 19:50～20:35 土岐 一臣		ファイトウ45 19:50～20:35 土岐 一臣									
20:30												
21:00												
21:30												

ジムエリア 19：30まで
営業時間 20：00まで
※5/4(土)は休館日