




































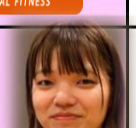





















7-Jul

Enjoy STUDIO Time Table

月 Manday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday	日 Sunday
10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:15	10:30-11:15	10:30-11:20	10:30-11:30
YOGA	HIP HOP	Pilates	ペルビック ストレッチ	STEP 初級	エアロ 初級	週替わり Premium
高橋 	内藤 	岩橋 	山崎 	吉原 	Drevolutions	
11:45-12:30	11:45-12:30	11:45-12:30	11:45-12:45	11:30-12:15	11:35-12:35	11:45-12:45
	エアロ 初級	エアロ 中級	YOGA	エアロ 初級	週替わり Premium (有料)	
尾鼻 	堀田 	岩橋 	花木 	吉原 		寺澤 
12:45-13:45	12:45-13:45	13:00-13:45	13:00-13:45	12:45-13:30	13:00-14:00	13:00-13:55
ZUMBA	Nani Aloha		STEP 中級			
根本 	堀田 	瀬際 	和貝 	寺澤 	廣瀬 	金田 
14:00-15:00	14:00-15:00	14:05-14:50	14:00-15:00	14:00-14:45	14:20-15:20	14:15-15:00
Balletone	YOGA (静)		背骨 コンディショニング	STEP 中級		リズムヨガ
根本 	牧野 	瀬際 	瀬戸 	山口 	廣瀬 	雄谷 
15:15-16:15	15:15-16:15	スポーツタオル 持参レッスン ・背骨コンディショニング ・ペルビックストレッチ		15:00-16:00	15:35-16:20	15:15-16:00
背骨 コンディショニング	YOGA (動) (有料)			エアロマニア 中級 (有料)		コンディショニング ステップ
瀬戸 	牧野 			山口 	金田 	雄谷 
19:30-20:20	19:30-20:30	19:30-20:15	19:30-20:30	19:30-20:15	とことん楽しむ60min カラダを整える60min フレミアムクラス 前月からの変更クラス	
エアロ 初級	ZUMBA	Pilates				
生駒 	名倉 	山口 	川添 	兵頭 		
20:35-21:20	21:00-22:00	20:30-21:15	21:00-22:00	20:30-21:30		
背骨 コンディショニング		STEP 中級				
生駒 	瀬際 	山口 	川添 	兵頭 		
21:35-22:20	21:30-22:15		21:45-22:15			
	エアロマニア中級(有料)					
山本 	山口(奇数週) KIMAX 山本(偶数週)		兵頭 