

4月のスタジオプログラム

曜日	月	火	水	曜日	金	土	日・祝(29日)	曜日
9:30				9:30				9:30
10:00		ピラティス(60) JIN	3・10・24日 ズンバ 小山	17日 エクササイ ズフラ	中高年からの 健康づくり(75) 星原	6・20日 パワーヨガ 角田 (60)	子供のバレエ 【ジュニア A・B・C】 レイダンス 講師	
10:30	1・15日						29日祝日	
11:00	簡単ステップ*	8・22日						28日
11:15	1・15日	ズンバ					ステップ	シニア
11:30	ステップ	中村	11:15 はじめよう フィットネス(70) 伊藤	10・17・24日 癒しのヨガ 角田	11:10~12:25 ..日 ママ&ベビー・キッズ バレエ(60)	20日 パンプ& シェイブ	6・13・27日 ズンバ 塚本	ダンス
12:00								
12:30								
13:00			今月はお休みです ママ&ベビー・キッズ バレエ(75)			子供のバレエ(90) 【ジュニアA】 レイダンス講師	子供のバレエ 【ジュニア A・B・C コンク ール】 レイダンス 講師	
13:30								
14:00		はじめよう フィットネス(70) 伊藤			健康太極拳(75) 西島	コンクールクラス 【ジュニアA】		
14:30						子供のバレエ(45) 【4歳以上~年長】 レイダンス講師		
15:00								
15:30		9・16 23 癒しの ヨガ 角田	2日 ザ・コア& ストレッチ		ザ・コア&ストレッチ		21日 ズンバ 塚本	7日 Jpop
16:00							14日 コア& ストレッチ	
16:30	子供のバレエ(45) 【4歳以上~年長】 レイダンス講師							
17:00								
17:30			17:45~					
18:00	子供のバレエ(90) 【ジュニアA・B】 レイダンス講師		10・24日 エアロ	3・17日 ズンバ・塚本				
18:30			18:30~ ザ・コア		18:00~(90) 子供のバレエ 【ジュニアA・B専科】 レイダンス講師	コンクールクラス 【ジュニアB・C】		
19:00	子供のバレエ (90) 【ジュニアB専科】 レイダンス講師							
19:30	ヴァリエーション コンクールクラス				19:40~20:20 5・19日 ズンバ・中村			
20:00						■営業時間 平日/9:30~22:00 土日祝/9:30~19:00 ■定休日 毎週木曜日		
20:30	ピラティス(60) JIN		ピラティス(60) JIN		大人のバレエ (75)(90) 【高校生~】 レイダンス			
21:00		大人のバレエ (75) 【高校生~】 レイダンス講師						
21:30					大人トウシューズ			
曜日	月	火	水	曜日	金	土	日	曜日

無料プログラム

有料スクール