

1月レッスンスケジュール

★1レッスン¥2500/育成コース¥2000
 ☆1レッスン¥3000/スタンブ2個
 ☆☆インサイドフロー¥3500
 ※芸能コースのレッスンはご予約出来ません。

曜日 時間	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
9:00						1/15 13:00-17:00 TAMAO WS	
10:00	☆10:00-11:00 INSIDE YOGA AOI	9:45-10:45 ピラティス YUKI	10:00-11:00 Morning YOGA AI		10:00-11:00 Power YOGA AYUMI ※1/14休講	★10:00-11:00 1/8.1/22 IKU バク転教室	★10:00-11:00 1/30 ボイストレーニング YUSUKE
11:00		11:00-12:00 shape-up ヨガ×筋トレ NANA 子連れok		11:30-12:30 フラ入門 1/6.1/20			
12:00			1/12 11:30-12:30 BREAKLETICS IKU レンタル	タヒチアン エクササイズ 1/13.1/27 KAYO (hina fetia)	☆11:30-12:30 Go With the Flow AOI	11:30-12:30 R&B/K-POP MIYU	
13:00						13:00-14:00 1/8.1/22 英語で親子ヨガ MAYUMI	
14:00			14:00-15:00 ピラティス KAORI				
15:00	14:30-15:30 スキルアップエアロ YUMINA					1/22 14:30-15:30 芸能ダンス TEI	
16:00		16:00-17:00 キッズ体操教室 ARAI ※1/4休講	16:15-17:00 基礎初級 KAORI	レンタル 16:00-19:45 PONY	レンタル 15:45-19:30 ダンススタジオ マインド	16:00-17:00 1/29 キッズ体操教室 ARAI 1/8.1/22 voguedance SECHIKO	
17:00							
18:00	17:30-18:15 基礎初級 YUMINA	17:10-18:10 HIPHOP入門 KAE	17:10-18:10 チアダンス KAORI			17:15-18:15 ボイストレーニング 1/22.1/29 YUSUKE ※芸能コース	
19:00	18:20-19:20 HIPHOP初中級 KAE	レンタル 18:15-20:00 ダンススタジオ マインド	18:20-19:20 jazz Project TEI			レンタル HIPHOP KAE 18:30-20:00	
20:00	19:30-20:15 基礎中上級 KAE	20:15-21:15 Vinyasa Flow AI	19:30-20:15 基礎中上級 TEI	20:15-21:15 R&B MIYU	レンタル 20:00-21:00 ZUMBA REINA	☆20:15-21:15 Therapeutic Yoga AOI	1/16 20:00-21:00 men'syoga AI&NANA
21:00	20:30-21:30 NANA YOGA NANA		20:30-21:30 ダンスエアロ YUMINA				
22:00					レンタル 21:15-22:15 キックボクシング ZAWA ¥2500		