

STUDIO SCHEDULE 神戸元町 ゴールデンウィー

	4/29・5/6(月)	4/30 (火)	5/1 (水)	5/2 (木)	5/3 (金)	5/4 (土)	5/5 (日)	
	7:00 OPEN							
7:00								7:00
8:00								8:00
9:00			モーニングヨガ 8:30-9:15 KANA					9:00
9:30								9:30
10:00			アシュタンガヨガ入門 9:45-10:45 Michiru	やさしいYOGA 10:00-11:00 中野 陽子	デトックスYOGA 10:00-10:45 宇奈手 萌香	有料スクール		10:00
10:30		ビギナーステップ&筋コン 10:15-11:00 和津				バレエ ~STUDIO テレプスコラ F.W~ 10:30~12:30 AYUMI		10:30
11:00			リラクソスヨガフュージョン 11:00-12:00 雄谷 昌子	STREETDANCE 11:15-12:15 福留 篤広	ラテン 11:00-11:45 内海 智葉		祝日特別レッスン	11:00
11:30	アンチエイジング気功 11:00-12:00 キング育子	機能改善 11:15-12:15 KOKEN					Sivanada Yoga 11:30-13:00 武井 典子	11:30
12:00								12:00
12:30	Anatomy Yoga 12:15-13:15 福成 康洋	ラテン 12:30-13:30 WILSON	ZUMBA 12:15-13:00 勝連 智美	サンバ 12:30-13:30 南原 紀子	アロマ気功 12:00-13:00 キング育子	リラクソスヨガフュージョン 12:40-13:40 雄谷 昌子		12:30
13:00								13:00
13:30			ボディメイクヨガ 13:15-14:15 北野 恵理		ラテン 13:15-14:15 Shell		バレエ 13:30-14:30 小森 祐弥	13:30
14:00	ピラティス 13:30-14:30 山本 哲矢	姿勢美人 13:45-14:45 米倉 久史		朱里ベリームーブメント 13:40-14:40 朱里		GGX ヒップトレーニング 13:50-14:20 足立		14:00
14:30								14:30
15:00	HOUSE BASIC 14:45-15:45 KAZUKIYO	SALSATION 15:00-16:00 Tanya	Vogue BASIC 14:30-15:15 ShowTA	シューズウォーキング 15:00-16:00 内 麻紀子	ZUMBA 14:30-15:15 勝連 智美	STREETDANCE 14:30-15:30 福留 篤広	リズムマスター 14:45-15:15 QUE	15:00
15:30								15:30
16:00			Vogue 15:30-16:30 ShowTA			HOUSE 15:40-16:40 MISA	HIP HOP 15:30-16:30 QUE	16:00
16:30	HOUSE 15:50-16:50 KAZUKIYO							16:30
17:00								17:00
17:30						ヘルシーヨガ 17:00-18:00 aika		17:30
18:00			ボディコンシャス 18:00-18:30 棚田 徹		SOUL HIPHOP BASIC 17:40-18:40 KAZUKIYO	祝日特別レッスン		18:00
18:30	バレエ 18:15-19:30 小森 祐弥	コンディショニングYOGA 18:30-19:15 武井 典子	バレエ 基礎 18:40-19:40 棚田 徹	エアロ初級 18:45-19:30 福成 康洋		ファイティングマーシャル 18:15-19:00 福留 篤広		18:30
19:00					SOUL HIPHOP 18:45-19:45 KAZUKIYO			19:00
19:30								19:30
20:00	ストリートダンス 19:40-20:40 芳賀 博匡	アシュタンガYOGA (中上級) 19:30-20:45 武井 典子	HIPHOP 20:00-21:00 QUE	Anatomy Yoga 19:45-20:45 福成 康洋	美尻メイクYOGA 20:00-21:00 KANA			20:00
20:30								20:30
21:00	GGXファイティングギム 20:50-21:20 中本			GGX筋コンディショニング 21:00-21:20 松浦			21:00 CLOSE	21:00
21:30		エレコム神戸ファイニーズ チャリダーズ 21:00-22:45	ポーキングアカデミー 21:15-22:15 井上 浩 【第1・3・5水曜日】				初心者でも安心して ご参加いただけます。	21:30
22:00								22:00
22:30								22:30
23:00								23:00
23:30	23:00 CLOSE							23:30
0:00								0:00

アクティブ系

ダンス系

コンディショニング系

ヨガ

有料スクール