



	月（MON）		
	月曜7:00 OPEN		
	1st	和スタジオ	
7:00	曳舟東京		7:00
7:30			7:30
8:00			8:00
8:30			8:30
9:00			9:00
9:30	祝日特別プログラム① オリジナルエアロ（中級）・オリジナルステップ（初中級） 大人気のボブササキインストラクターによる独創性あふれるエアロ、 ステップのクラスです！エキサイティングな内容とボブインストラクターの軽 快なトークをぜひお楽しみください！（ステップは整理券クラス）		9:30
10:00			10:00
10:30			10:30
11:00			11:00
11:30			11:30
12:00	オリジナルエアロ（中級） 10:50-11:50 ボブササキ		12:00
12:30			12:30
13:00			13:00
13:30			13:30
14:00			14:00
14:30	オリジナルステップ（初中級） 12:05-12:55 ボブササキ		14:30
15:00			15:00
15:30			15:30
16:00			16:00
16:30			16:30
17:00	バーアスティエ 13:10-14:10 宮嶋文弥子		17:00
17:30			17:30
18:00			18:00
18:30			18:30
19:00			19:00
19:30	フラダンス 14:25-15:25 hiromi		19:30
20:00			20:00
20:30			20:30
21:00			21:00
21:30			21:30
22:00	ヨガ 10:50-11:50 稗田知子		22:00
22:30			22:30
23:00			23:00
23:30			23:30
0:00			0:00
	22:00 CLOSE		