

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
7:00	OPEN	OPEN	OPEN	OPEN	OPEN	初級者向 クラス	どなた様も 参加可能な クラス	7:00
8:00	WEB予について 5割WEB5割店舗予約							8:00
9:00			9:00-9:50 リラックスYOGA 小川 りか			OPEN	OPEN	9:00
10:00			10:00-11:00 ラテンエアロ 小川 りか			9:10-10:10 ヨガ Asha	9:40-10:40 ハタヨガ 仲村 小夏	10:00
11:00	10:30-11:15 ミッド&ロー 松田 有希子	10:30-11:30 ラーニングステップ 渡辺 陸美	11:15-12:00 ラーニングステップ hirocky WEB予約	10:30-11:15 ZUMBA TSUKASA	10:45-11:45 YOGA 西原 良佳	10:20-11:05 ZUMBA 大浦 透	10:55-12:05 オリジナルステップ 田中 大海 上級 WEB予約	11:00
12:00	11:30-12:30 レギュラーステップ 松田 有希子	11:45-12:45 ZUMBA 池谷 可織	12:15-13:15 レギュラーステップ hirocky WEB予約	11:30-12:15 初級ミッド&ロー 丸谷 陽佑	12:00-13:00 ビート&キックス 湯浅 まゆ	11:15-12:15 バレエ 蒲田 深雪		12:00
13:00	12:45-13:30 ZUMBA ジョセフ結	13:00-14:00 マーシャルアーツ 須藤 誠人	13:30-14:00 ボディメイク TSUKASA	12:30-13:15 ステップ&シェイプ 丸谷 陽佑	13:15-14:15 エアロシェイプ 松本 佳耶	12:25-13:10 ピラティス 鈴木 優子	12:25-13:25 ジャズダンス Chi-tan	13:00
14:00	13:45-14:45 YOGA ジョセフ結	14:15-15:15 ボディ メンテナンス machiko	14:10-14:40 リズムトレーニング TSUKASA	14:00-14:45 ラーニングステップ 田中 大海 WEB予約		13:20-14:05 ビギナーロー 鈴木 優子	13:35-14:35 ナニアロハ emi	14:00
15:00			キッズスクール 15:30-16:30 マリンスダンス アカデミーキッズクラス YUI&YURIKO	16:30-17:30 レイヴ ジュニアダンス① RIHO	16:00-17:00 テーマパーク ダンス① YO-KO	14:15-15:15 HIP HOP 森林 なつ美	14:45-15:30 初中級エアロ 新飯田 美樹	15:00
16:00		スクール 16:00-17:00 H&Y Ballet① 小山田浩子 早川百合枝	17:15-18:30 H&Y Ballet② 小山田浩子 早川百合枝	17:30-18:30 レイヴ ジュニアダンス② RIHO	17:15-18:15 テーマパーク ダンス② YO-KO	15:30-16:20 YOGA50 今村 彩子	15:45-16:30 ラーニングステップ 新飯田 美樹	16:00
17:00			18:45-19:30 ボディメイク 大森 恵美子	19:00-20:00 レギュラーエアロ 松本 佳耶	19:10-20:10 ビギナーエアロ &シェイプ 土橋 さとみ	16:45-17:25 ビギナーウォーク 久野 聡郎	16:45-17:30 ペルビック ストレッチ 金子 すず代	17:00
18:00			19:40-20:10 ビギナーエアロ30 大森 恵美子	20:30-21:15 ラーニングステップ 松本 佳耶	20:15-21:15 宮野式 からだ改造塾 宮野 成夫	17:35-18:15 ビギナーステップ40 久野 聡郎	17:45-18:30 ビート&キックス 金子 すず代	18:00
19:00	19:00-20:00 ビート&キックス+シェイプ 荒木 美絵子			21:30-22:30 パワーヨガ 荒木 美絵子	21:30-22:30 ストリートダンス MIHO	18:25-19:25 ミッド&ロー 山下 聡志		19:00
20:00	20:15-21:00 ラーニングステップ 池島 三三子 WEB予約						CLOSE	20:00
21:00	21:15-22:15 レギュラーエアロ 池島 三三子	20:25-21:25 バレエ初級 蒲田 深雪					URAYASU CHIBA 047-304-2828	21:00
22:00							●月曜-金曜 7:00-23:30 第2月曜休館 但し祝日の場合は 9:00-20:00 ●土曜 9:00-23:30 ●日曜・祝日 9:00-20:00	22:00
23:00	WEB予約 5割、14名WEB、5割、14名店舗で受け付けます							23:00
23:30	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE		23:30
	エアロビクス	ダンス系	筋コンディショニング	格闘技系	スケジュールは変更することがございます。ご了承くださいませ。 変更はWEBサイト、館内掲示でご案内致します。			
	ステップ	ダンス系 フィットネス	ヨガ系		皆様に安全に快適にご参加頂くため、レッスン開始時間10分過ぎのスタジオ参加はご遠慮いただきます			