

	代々木公園PREMIUM	代々木上原東京	四ツ谷東京	溝の口神奈川	笹塚東京	
					Studio 1	溶岩Hot Studio
						WOMEN ONLY
						Web予約可能
10:00		リフレッシュヨガ 9:30~10:30 長谷川たかはる				
11:00	BODY WEIGHT EX 10:30~11:30 根岸健一	ヨガ 10:40~11:40 長谷川たかはる	ヨガ 10:30~11:30 AKIKO	アシュタンガヨガ ベーシック 10:30~11:30 TARO	バレエ入門 10:00~11:00 関口啓	
12:00		HIPHOPJAZZ 初級 11:55~12:55 霜田恵	オリジナルエアロ (中級) 11:45~12:45 岡部和彦	カーディオキックボクシング 11:45~12:35 ヨシ	バレエ有料スクール 11:10~11:55 関口啓	ヨガ 11:10~11:55 郡山恵
13:00	ヨガ (ヒーリングフローヨガ) 13:00~14:15 AKIKO	Gリズムマスター 13:05~13:50 美姫	ダンスエアロ 13:00~14:00 二宮由真	RITMOS新曲発表会 12:45~13:45 山口明子・綾部七海	ZUMBA 13:00~13:45 ブトウリ	
14:00		ご参加券 RITMOS新曲発表会 14:00~15:00 美姫	スペシャルジョイント 整理券50名 メガダンス新曲発表会 14:15~15:15 和加・二宮由真	スペシャルジョイント 整理券38名 メガダンス新曲発表会 13:55~14:55 MU・桐林佑衣	Gアロマヨガ 14:00~15:00 栗原ゆり	
15:00	Gアロマヨガ 14:30~15:30 Miki	ご参加券 メガダンス新曲発表会 15:10~16:10 高橋奈津		HIP HOP初級 15:10~16:10 MU		
16:00		ZUMBA 16:20~17:05 高橋奈津	ZUMBA 15:30~16:30 和加		ジャズダンスビギナー 15:45~16:45 奥津菜々子	
17:00		スペシャルジョイント 整理券50名 RITMOS新曲発表会 16:45~17:45 山口明子・中谷亜紀子	スペシャルジョイント 整理券33名 STEP 1.5 18:00~19:00 中安佐介		スペシャルジョイント メガダンス新曲発表会 17:00~18:00 桐林佑衣・奥津菜々子	
18:00		バレエ初級(ハ〜) 17:20~18:20 関口啓				
19:00		ファイティング エクササイズ 18:35~19:35 井上勇一			ダンスエアロ 18:15~19:15 桐林佑衣	
20:00				ヨガ(アクティブ) 19:00~20:00 長谷川たかはる	スペシャルジョイント 整理券35名 RITMOS新曲発表会 19:35~20:35 中谷亜紀子・綾部七海	
21:00				ダンスエアロ 20:15~21:15 和加		HIP HOP 初級 20:45~21:45 蘇大
22:00			ZUMBA 21:25~22:15 和加			
		20:00 CLOSE			23:30 CLOSE	

整理券 

「整理券」Web予約が可能です。定員は各店お問合せ下さい。

ご参加券

「ご参加券」表示につきまして:レッスン開始2時間前からフロント配布致します。クラスご参加の際「ご参加券」が必要となりますが、ご参加人数制限無くご参加いただけます。小規模店舗の為ご了承下さい。