



CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

# STUDIO SCHEDULE

## 神戸元町 2024年4月～

※やむを得ず、スケジュール変更を行なう場合がございます

	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)	
	7:00 OPEN							
7:00								7:00
7:30			有料スクール		変更			7:30
8:00		朝YOGA 7:30-8:15 Tae	アシタンヨガ 7:30-9:00 武井 典子		朝YOGA 7:30-8:15 Tae			8:00
8:30								8:30
9:00								9:00
9:30								9:30
10:00						有料スクール	有料スクール	10:00
10:30	アンチエイジング気功 10:00-11:00 キング育子	初級ステップ&筋コン 10:00-10:45 和津	Step Yoga 10:00-11:00 雄谷 昌子	やさしいYOGA 10:00-11:00 中野 陽子	コンディショニング for ビューティフルウォーキング 10:30-11:15 内海 智葉		アシタンヨガ 10:00-11:30 武井 典子	10:30
11:00								11:00
11:30	Anatomy Yoga 11:15-12:15 福成 康洋	機能改善 11:00-12:00 KOKEN	はじめてのハワイアンフラ 11:15-12:00 湯浅 まゆみ	STREET DANCE 11:15-12:15 福留 篤広		バレエ ～STUDIO テラスコラ F.W～ 10:30-12:30 AYUMI		11:30
12:00					アロマ気功 11:30-12:30 キング育子			12:00
12:30							YOGA 12:00-13:00 武井 典子	12:30
13:00	SALSATION@ 12:30-13:30 YOKO	ラテン 12:15-13:15 WILSON	ZUMBA 12:15-13:15 勝連 智美	サンバ 12:30-13:30 オリヴェイラ紀子	ラティネーション 12:45-13:45 ANA	Aero Yoga 12:45-13:45 雄谷 昌子		13:00
13:30							リズムマスター 13:15-13:45 Que	13:30
14:00	GGX 筋コンディショニング 13:45-14:30 スタッフ	姿勢美人 13:30-14:30 米倉 久史	YOGA ～Bodyムーブメント～ 13:30-14:30 MAYA	ベリームーブメント 13:45-14:45 朱里	メリディアンヨガ～経絡ヨガ～ 14:00-15:00 Mina	GGX 筋コンディショニング 14:00-14:30 スタッフ		14:00
14:30							ストリートダンス 14:00-15:00 U-suke	14:30
15:00	NEW HOUSE BASIC 14:45-15:45 こうしゅう	バレエ基礎 14:45-15:45 沙愛	Vogue 14:45-15:45 ShowTA	NEW SOUL GROOVE BASIC 15:00-16:00 ayaka		STREET DANCE 14:45-15:45 福留 篤広		15:00
15:30					SOUL & LOCK 15:15-16:15 ETSUKO		バレエ基礎 15:15-16:15 吉岡 祐弥	15:30
16:00	NEW HOUSE VARIATION 16:00-17:00 こうしゅう	Jazz Dance 16:00-17:00 秋長 知美	NEW K-POP 16:00-17:00 Lye	NEW SOUL GROOVE&STEP 16:15-17:15 ayaka		ヘルシーヨガ 16:00-17:00 aika		16:00
16:30								16:30
17:00							有料レッスン バレエ(第3週目のみ) 16:30-18:00 ジャズダンス(第4週目のみ) 16:30-17:45 吉岡 祐弥	17:00
17:30								17:30
18:00				変更		イベントタイム 17:15-19:00 ※掲示板をご覧ください。		18:00
18:30	バレエ基礎 18:00-19:00 吉岡 祐弥	コンディショニングYOGA 18:00-18:45 武井 典子	ビギナーズストレッチ 18:00-18:30 棚田 徹	ストリートダンス(初級) 18:00-18:45 福留 篤広	ZUMBA 18:00-19:00 勝連 智美			18:30
19:00								19:00
19:30	ピラティス 19:15-20:00 山本 哲矢	アシタンYOGA 19:00-20:15 武井 典子	バレエ基礎 18:45-19:45 棚田 徹	Anatomy Yoga 19:00-20:00 福成 康洋	変更 SALSATION@ 19:15-20:15 Izumin			19:30
20:00								20:00
20:30	ポーシングアカデミー 20:30-21:30 岩尾 佳毅		ZUMBA 20:00-21:00 柴田 竜一					20:30
21:00							21:00 CLOSE	21:00
21:30								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



スタジオ情報QRコード