



GOTEMBA SHIZUOKA

スタジオスケジュール STUDIO SCHEDULE
2025.10 - 2026.3



	【月】 MON	【火】 TUE	【水】 WED	【木】 THU	【金】 FRI	【土】 SAT	【日】 SUN
9時							
10時							
11時							
12時							
13時							
14時							
15時							
16時							
17時							
18時							
19時							
20時							
21時							
22時							

10:20-11:10
ビギナーエアロ
みゆ

11:20-12:00
ビギナーステップ
みゆ

12:10-13:00
ヨガ
Chihiro.

16:00-16:50
真空塾空手スクール
スーパーキッズ(園児)
岩田 真人

17:00-18:15
真空塾空手スクール
スーパージュニア(小学生)
岩田 真人

19:30-20:10
U-JAM YUKKY

20:20-21:20
ZUMBA
YUKKY

10:00-10:40
バレトン
MIHO

10:50-11:40
やさしいヨガ
MIHO

11:50-12:30
ピラティス
望月 博子

12:40-13:30
グループグルーヴ
YU-KA

15:20-16:10
キッズチアダンス
年少～年長(第2～4週)
C-STARスタジオ

16:20-17:15
キッズチアダンス
小1～小3(第2～4週)
C-STARスタジオ

17:20-18:15
キッズチアダンス
小4～中学生(第2～4週)
C-STARスタジオ

19:00-19:50
ビギナーステップ
HARUKO

20:00-20:50
ホッピングエクササイズ
熊谷 未来

10:30-11:30
ビギナーエアロ
キンセス麻知子

11:40-12:30
ZUMBA
キンセス麻知子

12:50-13:50
大人から始めるバレエ
香取 千春

15:00-15:45
クラシックバレエ
(3歳児～小1)
香取 千春

16:00-16:50
クラシックバレエ
(小1～小3)
香取 千春

17:00-18:00
クラシックバレエ
(小3～)
香取 千春

トウシューズクラス

19:00-19:50
ピラティス
ゆりこ

20:00-20:50
グループグルーヴ
YU-KA

10:20-11:20
ヨガ
入月 紀子

11:30-12:20
ディスコワールド
入月 紀子

12:30-13:30
カンフー 太極拳
野田 康太

16:00-16:50
真空塾空手スクール
スーパーキッズ(園児)
岩田 真人

17:00-18:15
真空塾空手スクール
スーパージュニア(小学生)
岩田 真人

19:00-19:50
シェイプアップエアロ
矢島 幹太

20:00-20:50
ZUMBA
矢島 幹太

10:20-11:10
enjoy dance
MAR

11:20-12:20
エアロサーキット
MAR

12:30-13:20
ピラティス&ストレッチ
向山 敬子

13:30-14:20
シェイプアップエアロ
向山 敬子

17:00-17:55
キッズダンス
(～小5)
SAYANA

18:00-19:00
キッズダンス
(小5～)
SAYANA

19:00-19:30
FAT BURN 小野理恵

19:40-20:10
ビギナーエアロ 小野理恵

20:20-21:10
骨盤ヨガ&ストレッチ
michiko

10:10-11:10
ヨガ
MIHO

11:20-12:10
シェイプアップエアロ
矢島 幹太

12:20-13:10
ZUMBA
矢島 幹太

21:00
CLOSE

10:20-11:10
ホッピングサーキット
田中 沙季

11:20-12:10
バランスストレッチ
田中 沙季

12:20-13:10
ZUMBA
矢島 幹太
第1・3週

シェイプアップエアロ
田中 沙季
第2・4・5週



↑↑
初心者の方も安心して
ご参加いただけます

ダンス系

調整系

燃焼系

キッズスクール

エアロ系

特殊系

ステップ系