



GOTEMBA SHIZUOKA

スタジオスケジュール STUDIO SCHEDULE
2025.4 - 2025.9



	【月】 MON	【火】 TUE	【水】 WED	【木】 THU	【金】 FRI	【土】 SAT	【日】 SUN
9時							
10時		10:00-10:40 バレトン MIHO					
11時	10:30-11:10 ビギナーエアロ みゆ	10:50-11:40 やさしいヨガ MIHO	10:30-11:30 ビギナーエアロ キンセス麻知子	10:20-11:20 ヨガ 入月 紀子	10:20-11:10 enjoy dance MAR	10:10-11:10 ヨガ MIHO	10:20-11:10 ボクシングサーキット 田中 沙季
12時	11:20-12:00 ビギナーステップ みゆ	11:50-12:30 ピラティス 望月 博子	11:40-12:30 ビギナーステップ キンセス麻知子	11:30-12:20 ディスクワールド 入月 紀子	11:20-12:20 エアロサーキット MAR	11:20-12:10 シェイプアップエアロ 矢島 幹太	11:20-12:10 バランスストレッチ 田中 沙季
13時	12:10-13:00 ヨガ Chihiro.	12:40-13:30 ZUMBA まなみ	12:50-13:50 大人から始めるバレエ 香取 千春	12:30-13:30 カンフー 太極拳 野田 康太	12:30-13:20 ピラティス&ストレッチ 向山 敬子	12:20-13:10 ZUMBA 矢島 幹太	12:20-13:10 ZUMBA 矢島 幹太 第1-3週
14時			14:00-14:30 クラシックバレエ 香取 千春		13:30-14:20 シェイプアップエアロ 向山 敬子		シェイプアップエアロ 田中 沙季 第2・4・5週
15時		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	15:00-15:45 クラシックバレエ (3歳児～小1) 香取 千春				
16時	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	16:20-17:15 キッズチアダンス 年長～小3(第2～4週) C-STARスタジオ	16:00-16:50 クラシックバレエ (小1～小3) 香取 千春	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時	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	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	17:00-18:00 クラシックバレエ (小3～) 香取 千春	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		17:00-17:55 キッズダンス (～小5) SAYANA	
18時			トゥーシューズクラス			18:00-19:00 キッズダンス (小5～) SAYANA	
19時		19:00-19:50 ビギナーステップ HARUKO	19:00-19:50 ピラティス ゆりこ	19:00-19:50 シェイプアップエアロ 矢島 幹太	19:00-19:30 FAT BURN 小野理恵		
20時	19:40-20:10 U-JAM YUKKY	20:00-20:50 ボクシングエクササイズ 熊谷 未来	20:00-20:50 ZUMBA SAYAKA	20:00-20:50 ZUMBA 矢島 幹太	19:40-20:10 ビギナーエアロ 小野理恵		21:00 CLOSE
21時	20:20-21:20 ZUMBA YUKKY				20:20-21:10 骨盤ヨガ&ストレッチ michiko		初心者の方でも安心して ご参加いただけます
22時							GOLD'S GYM. 御殿場静岡 0550-70-0055