








| | 1スタジオ | 2スタジオ |
|-------|---|---|
| | 9:00 OPEN | |
| 8:00 | | |
| 9:00 | | |
| 10:00 |  エアロ初級 10:30-11:15 伊原 |  ヨガ 10:15-11:15 レイコ |
| 11:00 | |  ヒップホップ 11:30-12:30 タカコ |
| 12:00 | エアロ中級 11:30-12:30 伊原 | |
| 13:00 | レズミルストーン 12:45-13:45 石橋 |  ジャズダンス 12:45-13:45 井上 |
| 14:00 | ボディバランス 14:00-15:00 杉浦 | 日本舞踊 14:00-15:00 藤間 |
| 15:00 | |  ポンパ 15:15-16:15 渡辺 |
| 16:00 |  フラダンス 15:15-16:15 畠山 | |
| 17:00 | 卓球 16:30-18:00 田中 |  骨盤ヨガ 16:30-17:30 杉浦 |
| 18:00 | | |
| 19:00 | | |
| 20:00 | | |
| 21:00 | | |
| 22:00 | | |
| 23:00 | | |
| | 20:00 CLOSE | |