



# FUJI SHIZUOKA

スタジオスケジュール STUDIO SCHEDULE  
2021.10 -



|     | 【月】<br>MON  | 【火】<br>TUE                           | 【水】<br>WED                          | 【木】<br>THU                                     | 【金】<br>FRI   | 【土】<br>SAT                          | 【日】<br>SUN   |
|-----|---|--------------------------------------|-------------------------------------|--|--|-------------------------------------|--|
| 7時  | 7:00 OPEN   | 7:00 OPEN                            | 7:00 OPEN                           | 7:00 OPEN                                      | 7:00 OPEN  | 7:00 OPEN                           |  |
| 8時  |   |                                      |                                     |  |  |                                     |  |
| 9時  |   |                                      |                                     |  |  |                                     | 9:00 OPEN  |
| 10時 |   |                                      |                                     |  |  |                                     |  |
| 11時 | 10:30-11:20<br>オリジナルエアロ<br>矢島 幹太                  | 10:30-11:20<br>enjoy dance<br>MAR    | 10:30-11:10<br>シェイプアップエアロ40<br>RINA | 10:30-11:20<br>ダンスエクササイズ<br>〜ベリ〜ダンス<br>michiko | 10:30-11:20<br>ピラティス<br>望月 博子                      | 10:30-11:00<br>はじめてヨガ 佐藤 歩          | 10:30-11:20<br>ZUMBA<br>FUKA                                     |
| 12時 | 11:30-12:20<br>ZUMBA<br>矢島 幹太                     | 11:30-12:20<br>エアロサーキット<br>MAR       | 11:20-12:10<br>ZUMBA<br>RINA        | 11:30-12:20<br>オリジナルSTEP<br>michiko            | 11:30-12:10<br>シェイプアップエアロ40<br>望月 博子               | 11:10-12:10<br>フローヨガ<br>佐藤 歩        | 11:30-12:20<br>筋トレサーキット<br>SATSUKI                               |
| 13時 | 12:30-13:20<br>R.I.P.E.D.<br>CHIHIRO              | 12:30-13:20<br>インスパイリング<br>Sayumi    | 12:20-12:50<br>ビギナー-STEP<br>山本奈津美   | 12:30-13:20<br>オリジナルエアロ<br>村上 典子               | 12:20-13:10<br>ZUMBA<br>RINA                       | 12:20-13:10<br>ZUMBA<br>AIRI        | 12:30-13:20<br>バレトン<br>HIROMI                                    |
| 14時 | 13:30-14:20<br>ヨガベーシック<br>YUMI                    |                                      | 13:00-13:50<br>ビギナーエアロ<br>山本奈津美     |  |  |                                     |  |
| 15時 |   |                                      |                                     |  | 15:00-15:50<br>キッズチアダンス<br>年少〜年長(第2・4週)<br>MISATO  |                                     |  |
| 16時 | 16:00-16:50<br>キッズヒップホップ<br>年少〜小2(第1〜4週)<br>ASUKA |                                      |                                     |  | 16:00-17:00<br>キッズチアダンス<br>年長〜小3(第2・4週)<br>MISATO  |                                     |  |
| 17時 | 17:00-18:00<br>ジュニアヒップホップ<br>小3〜(第1〜4週)<br>ASUKA  |                                      |                                     |  | 17:10-18:10<br>キッズチアダンス<br>小4〜中学生(第2・4週)<br>MISATO |                                     |  |
| 18時 |   |                                      |                                     |  |  |                                     |  |
| 19時 | 19:00-19:50<br>ZUMBA<br>熊谷 未来                     | 19:00-19:50<br>R.I.P.E.D.<br>CHIHIRO | 19:00-19:40<br>FAT BURN<br>小野理恵     | 19:00-19:50<br>ヨガベーシック<br>野中 由美                | 19:00-19:50<br>ビギナーエアロ<br>SAYAKA                   | 19:00-19:50<br>ZUMBA<br>高木 洋子       |  |
| 20時 | 20:00-20:50<br>ホッピングエクササイズ<br>熊谷 未来               | 20:00-20:50<br>美尻エクササイズ<br>青柳 紀映     | 19:50-20:40<br>シェイプアップエアロ<br>小高可奈子  | 20:00-20:50<br>エアロサーキット<br>MAR                 | 20:00-20:50<br>ZUMBA<br>SAYAKA                     | 20:00-20:50<br>ホッピングエクササイズ<br>佐藤 健一 | 20:00<br>CLOSE   |
| 21時 | 21:00-21:50<br>ヨガベーシック<br>Chisato                 | 21:00-21:40<br>HIIT<br>青柳 紀映         | 20:50-21:40<br>ZUMBA<br>はるか         | 21:00-21:50<br>enjoy dance<br>MAR              | 21:00-21:50<br>オリジナルSTEP<br>村上 典子                  |                                     | 初心者の方でも安心して<br>ご参加いただけます<br>ステップ台・ヨガマットを<br>使用するクラスは<br>定員制となります |
| 22時 |   |                                      |                                     |  |  |                                     |  |
| 23時 | 23:00<br>CLOSE                                    | 23:00<br>CLOSE                       | 23:00<br>CLOSE                      | 23:00<br>CLOSE                                 | 23:00<br>CLOSE                                     | 23:00<br>CLOSE                      |  |



富士静岡

0545-67-5505