

STUDIO SCHEDULE

筑紫野福岡

2021.9~

	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)	
	10:00 OPEN		休館日	10:00 OPEN				
10:00			10:00					
10:30			10:30					
11:00	(①) ぱわーエアロ 10:45~11:30 徳田 ★★		(①) スマイルエアロ 10:30~11:15 泉		(①) リラックスヨガ 10:30~11:15 平川		(①) フラダンス 10:30~11:15 yoshino	
11:30			11:30		(①) ZUMBA 11:30~12:15 奈良崎 ★★		(①) Bodyバランス&エアロ 10:30~11:15 藤田 ★~★	
12:00	(①) フットバーンエアロ 11:45~12:30 徳田 ★~★		(①) スリムスリム 11:30~12:15 村井 ★★★		(①) アクティブヨガ 11:30~12:15 渡辺 ★★★		(①) ボールストレッチ 10:45~11:15 スタッフ ★	
12:30			12:30		(①) 太極拳 12:30~13:15 早田		(①) レズミルズコア 12:30~13:00 平川 ★~★★	
13:00	(①) ピラティス 12:45~13:30 HIROE		(①) エンジョイSTEP 12:30~13:15 村井 ★		(①) ボディコンディショニング 12:30~13:15 平井		(①) S H ' B A M 45 13:00~13:45 藤田 ★~★	
13:30			13:30		(①) ユニバーサル ヨガース 13:30~14:15 麻植		(①) ボディパンプ45 13:15~14:00 メトード ★~★	
14:00	(①) ZUMBA 13:45~14:30 長谷川 ★★		(①) ボディメイクコア 13:45~14:30 徳田 ★		(①) ボディパンプ45 14:30~15:15 COCO ★★		(①) ボディコンバット45 14:15~15:00 横尾 ★~★	
14:30			14:30		(①) ZUMBA 14:30~15:15 COCO ★★		(①) ボディパンプ45 14:30~15:15 横尾 ★~★★	
15:00	(①) ヨガ 14:50~15:35 長谷川		(①) ファンキーダンス 14:45~15:30 藤田		(①) ボールストレッチ30 15:30~16:00 スタッフ ★~★★		(①) ボディアタック30 15:30~16:00 倉橋 ★~★★	
15:30			15:30		(①) ボディコンバット30 15:50~16:20 横尾 ★~★★		(①) ボディアタック30 15:30~16:00 倉橋 ★~★★	
16:00			16:00		(①) ボディパンプ30 15:45~16:15 メトード ★~★★		(①) ボディコンバット30 16:45~17:15 齋藤 ★~★★	
16:30			16:30					
17:00			17:00					
17:30	有料スクール		17:30		有料スクール			
18:00	マスター・ジャパン福岡 【キッズ柔術クラス】 17:15~18:30		18:00		マスター・ジャパン福岡 【キッズ柔術クラス】 17:15~18:30		新しいスタジオ様式ではじめよう 感染を防ぐために以下のことをご理解の上ご参加ください。 ・スタジオ内換気、消毒実施のためレッスン間隔をあけております。 ・長時間の密を避けるため最大 4 5 分 レッスンとなります。 ・各クラス定員 3 5 名 となります。(所定の位置で受講下さい) ・ひとつ前 レッスン開始 15 分 後 ~ 所定の場所にて整理券配布 (朝一クラスは 10:00 ~、夜一クラスは 19:00 ~) ・各クラス 1 5 分 前 に所定の位置に整列お願い致します。 ※日曜日のZUMBAは 10:00 ~ フロントにて 整理券配布致します。 ※ボディパンプの人数は 25 名 までとさせて頂きます。	
18:30			18:30					
19:00			19:00					
19:30	(①) ボディパンプ30 19:30~20:00 メトード ★~★★		(①) アクティブヨガ 19:30~20:15 平川 ★★		(①) ボディパンプ45 19:30~20:15 メトード ★~★★		(①) スリムスリム 19:30~20:15 村井 ★★★	
20:00			20:00					
20:30	(①) S H ' B A M 45 20:15~21:00 藤田 ★~★		20:30		(①) レズミルズコア 20:30~21:00 平川 ★~★★		(①) スタビライゼーション 20:30~21:00 眞鍋 ★~★★	
21:00			21:00		(①) ボディアタック30 20:30~21:00 倉橋 ★★		(①) ボディコンバット45 21:15~22:00 倉橋 ★~★★	
21:30	(①) ZUMBA 21:15~22:00 井上 ★★		21:30		(①) ボディパンプ45 21:15~22:00 横尾 ★~★★		(①) ストレッチ 21:15~21:45 眞鍋	
22:00			22:00				(①) ボディコンバット45 21:15~22:00 倉橋 ★~★★	
22:30			22:30					
23:00	23:00 CLOSE ※マシンジム利用は 22:30 まで							

(①) アクティブ系

(②) コンディショニング系

(③) リラクゼーション系

有料スクール

☎ 092-919-0115

福岡県筑紫野市美しが丘南1-12-1
筑紫野ベレッサ地下2F