

STUDIO SCHEDULE

筑紫野福岡

2022.11~

	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)		
	10:00 OPEN								
10:00			月11, 000円の レギュラー会員 並びに 月10, 120円の グループ会員のみ					10:00	
10:30									10:30
11:00	📌 ばわーヨガ 10:45~11:30 徳田 ★★	📌 スマイルエアロ 10:30~11:15 泉 ★			📌 リラックスヨガ 10:30~11:15 平川 ★	📌 フラダンス 10:30~11:15 yoshino ★	📌 Bodyバランス&エアロ 10:30~11:15 藤田 ★★	📌 ボールストレッチ 10:45~11:15 スタッフ ★	11:00
11:30									11:30
12:00	📌 ファットバーンエアロ 11:45~12:30 徳田 ★~★★	📌 スリムスリム 11:30~12:15 村井 ★★★			📌 ZUMBA 11:30~12:15 奈良崎 ★★	📌 スリムスリム 11:30~12:15 渡辺 ★★★	📌 アクティブヨガ 11:30~12:15 平川 ★★	📌 ZUMBA 11:45~12:30 稲富 ★★	12:00
12:30									12:30
13:00	📌 ピラティス 12:45~13:30 古賀 ★	📌 エンジョイSTEP 12:30~13:15 村井 ★			📌 太極拳 12:30~13:15 早田 ★	📌 ボディコンディショニング 12:30~13:15 平井 ★	📌 レズミルスコア 12:30~13:00 平川 ★~★★		13:00
13:30								📌 SH'BAM45 13:00~13:45 藤田 ★~★★	13:30
14:00	📌 ZUMBA 13:45~14:30 長谷川 ★★	📌 ボディメイクコア 13:45~14:30 徳田 ★		📌 HIP HOP 13:30~14:15 家富 ★~★★	📌 ユニバーサル ヨガース 13:30~14:15 麻植 ★	📌 骨盤EX 13:30~14:15 伊藤 ★	📌 ボディパンプ45 13:15~14:00 メトード ★~★★		14:00
14:30							📌 ボディコンバット45 14:15~15:00 富岡 ★~★★	📌 サルセッション 14:00~14:45 chinami ★~★★	14:30
15:00	📌 ヨガ 14:50~15:35 長谷川 ★	📌 ファンキーダンス 14:45~15:30 藤田 ★~★★	📌 中級エアロ 14:30~15:15 yoshino ★★	📌 オリジナルエアロ 14:30~15:15 藤田 ★~★★	📌 ZUMBA 14:30~15:15 稲富 ★★			15:00	
15:30							📌 ボディアタック45 15:00~15:45 齋藤 ★~★★	15:30	
16:00	📌 ボディコンバット30 15:50~16:20 富岡 ★~★★	📌 ボディパンプ30 15:45~16:15 メトード ★~★★		📌 ボディアタック45 15:30~16:15 木寺 ★~★★	📌 ボディパンプ45 15:30~16:15 メトード ★~★★		📌 ボディコンバット30 16:00~16:30 齋藤 ★~★★	16:00	
16:30	📌 担当者変更							16:30	
17:00								17:00	
17:30	有料スクール			有料スクール				17:30	
18:00	マスタージャパン福岡 【キッズ柔術クラス】 17:15~18:30			マスタージャパン福岡 【キッズ柔術クラス】 17:15~18:30				18:00	
18:30								18:30	
19:00								19:00	
19:30				📌 担当者変更				19:30	
20:00	📌 ボディパンプ30 19:30~20:00 メトード ★~★★	📌 アクティブヨガ 19:30~20:15 平川 ★★	📌 中級エアロ 19:30~20:15 本村 ★★	📌 ボディパンプ45 19:30~20:15 メトード ★~★★	📌 コンピネーションエアロ 19:15~20:00 村井			20:00	
20:30	📌 SH'BAM45 20:15~21:00 藤田 ★~★★				📌 ボディコンバット45 20:15~21:00 富岡 ★~★★			20:30	
21:00		📌 レズミルスコア 20:30~21:00 平川 ★~★★	📌 癒し&リラックス 20:30~21:15 本村 ★	📌 ボディコンバット45 20:30~21:15 齋藤 ★~★★				21:00	
21:30	📌 ZUMBA 21:15~22:00 Natsuki ★★	📌 ボディアタック45 21:15~22:00 木寺 ★~★★	📌 ZUMBA 21:30~22:15 稲富 ★★	📌 ストレッチ 21:30~22:00 齋藤 ★	📌 レズミルスコア 21:15~21:45 富岡 ★~★★			21:30	
22:00								22:00	
22:30								22:30	
23:00	23:00 CLOSE ※マシンジム利用は22:30まで							23:00	

📌 アクティブ系

📌 コンディショニング系

📌 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