



# 2024.04

## NARITA CHIBA スタジオスケジュール

| 時間    | 月  | 火   | 水   | 木                                     | 金   | 土                                   | 日   | 時間    |   |  |                                  |  |
|-------|--|---|---|---------------------------------------|---|-------------------------------------|---|-------|---|--|----------------------------------|--|
| 9:30  |  |   |   |                                       |   |                                     |   | 13:00 |   |  |                                  |  |
| 10:00 | 10:00-11:00<br>リラックスヨガ<br>60<br>小野尾由佳        | <b>内容変更</b><br>10:00-11:00<br>フラダンス<br>60<br>利根川ゆかり | 10:00-11:00<br>ハタヨガ<br>60<br>富永典子                           | 10:00-10:30<br>ウェーブリング 30 及川照乃        | 10:00-11:00<br>ビューティーヨガ<br>60<br>AYAKO          | 10:00-11:00<br>ZUMBA<br>60<br>Chie  |   | 13:30 |   |  |                                  |  |
| 10:30 |  |   |   | 10:45-11:30<br>脂肪燃焼 45<br>及川照乃        |   |                                     |   | 14:00 |   |  |                                  |  |
| 11:00 |  |   |   |                                       |   |                                     |   | 14:30 |   |  |                                  |  |
| 11:30 | 11:15-12:00<br>コンバットEX 45<br>Mai             | 11:15-12:15<br>Latin 60<br>UNO                      | 11:15-11:45<br>ライトエアロ30 富永典子                                | <b>内容変更</b>                           | 11:30-12:30<br>JAZZHOP<br>60<br>陽子              | 11:15-12:15<br>プラーナヨガ<br>60<br>千夏子  | <b>時間変更</b><br>11:30-12:30<br>ZUMBA<br>60<br>MAKANA | 15:00 |   |  |                                  |  |
| 12:00 |  |   | 12:00-13:00<br>ZUMBA<br>60<br>むらさき                          | 11:45-12:45<br>ZUMBA<br>60<br>MAKANA  |   |                                     |   | 15:30 |   |  |                                  |  |
| 12:30 | 12:15-13:15<br>バレトン<br>60<br>岡田瞳             | 12:30-13:15<br>太極舞 45 UNO                           |   |                                       |   |                                     |   | 16:00 |   |  |                                  |  |
| 13:00 |  | <b>内容変更</b>   | <b>NEW</b><br>13:15-13:45<br>ダンスキック30 むらさき                  | 13:00-14:00<br>バレトン<br>60<br>岡田瞳      | 13:00-14:00<br>DISCO<br>60<br>UNO               | <b>NEW</b>                          |   | 16:30 |   |  |                                  |  |
| 13:30 | 13:30-14:30<br>骨盤調整 &<br>ウェーブリング 60<br>久波真知子 | 13:30-14:15<br>ライトエアロ 45<br>伊藤千佳子                   |   |                                       |   |                                     |   | 17:00 |   |  |                                  |  |
| 14:00 |  |   | <b>時間変更</b><br>14:00-15:00<br>骨盤調整 &<br>ウェーブリング 60<br>久波真知子 | 14:15-15:15<br>リラックスヨガ<br>60<br>田中久美子 | 14:15-15:15<br>マットサイエンス<br>60<br>UNO            | 14:00-14:45<br>脂肪燃焼 45<br>田中久美子     |   |       | <b>GWスケジュール</b> ※16:30以降のレッスンはありません。            |  |                                  |  |
| 14:30 |  | 14:30-15:30<br>ヴィンヤサヨガ<br>60<br>富永典子                |   |                                       |   |                                     |   |       | 4月28日 (日)                                       | 4月29日 (月)                                    |                                  |  |
| 15:00 |  |   |   |                                       |   |                                     |   | 10:00 |   | 10:00-11:00<br>リラックスヨガ<br>60<br>小野尾由佳        |                                  |  |
| 15:30 |  |   | 15:30-16:15<br>脂肪燃焼 45<br>石井良幸                              | 15:30-16:15<br>エアロ 45<br>田中久美子        | <b>NEW</b><br>15:30-16:15<br>ダンスエアロ 45<br>奥野絵里奈 | 15:00-15:45<br>ステップ 45<br>田中久美子     |   | 10:30 | <b>GWスペシャル</b><br>10:30-11:15<br>エアロ 45<br>及川照乃 |  |                                  |  |
| 16:00 | 16:10-16:40<br>キッズダンス 幼児<br>有料スクール           |   |   |                                       |   |                                     |   | 11:00 |   |  | 11:15-12:00<br>コンバットEX 45<br>Mai |  |
| 16:30 | 16:45-17:35<br>キッズダンス 初心者<br>有料スクール          |   |   |                                       |   | 16:30-17:20<br>キッズダンス 初心者<br>有料スクール |   | 11:30 | 11:30-12:30<br>ZUMBA<br>60<br>MAKANA            |  |                                  |  |
| 17:00 |  |   |   |                                       |   |                                     |   | 12:00 |   |  | 12:15-13:15<br>バレトン<br>60<br>岡田瞳 |  |
| 17:30 | 17:40-18:30<br>キッズダンス 経験者<br>有料スクール          |   |   |                                       |   |                                     |   | 12:30 | 12:45-13:30<br>スタッフ 45<br>及川照乃                  |  |                                  |  |
| 18:00 |  |   |   |                                       |   |                                     |   | 13:00 |   |  |                                  |  |
| 18:30 |  |   |   |                                       |   |                                     |   | 13:30 | <b>GWスペシャル</b>                                  | 13:30-14:30<br>骨盤調整 &<br>ウェーブリング 60<br>久波真知子 |                                  |  |
| 19:00 |  |   |   |                                       | 19:00-19:45<br>脂肪燃焼 45<br>石井良幸                  |                                     |   | 14:00 |   |  |                                  |  |
| 19:30 |  | 19:30-20:15<br>エアロ 45<br>奥野絵里奈                      | 19:30-20:15<br>ZUMBA 45<br>ATSUKO                           | 19:30-20:30<br>リラックスヨガ<br>60<br>渡辺直子  |   |                                     |   | 14:30 |   |  |                                  |  |
| 20:00 |  |   |   |                                       | 20:00-20:30<br>ボディシェイプ 30<br>石井良幸               |                                     |   | 15:00 |   |  |                                  |  |
| 20:30 |  |   |   |                                       |   |                                     |   | 15:30 |   |  |                                  |  |
| 21:00 |  |   |   |                                       |   |                                     |   | 16:00 |   |  |                                  |  |
|       |  |   |   |                                       |   |                                     |   | 16:30 |   |  |                                  |  |

\* クラス・担当者の変更がある場合がございます。予めご了承ください。 \* 祝日につきましては、特別プログラムになる場合がございます。その場合別紙ご案内いたします。