



2026.4(案)

NARITA CHIBA スタジオスケジュール

時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30				時間変更 9:45-10:30 ベーシックヨガ 45 及川照乃			
10:00	10:00-11:00 リラックスヨガ 60 Mai	10:00-11:00 フラダンス 60 利根川ゆかり	10:00-11:00 ハタヨガ 60 富永典子		10:00-11:00 ビューティーヨガ 60 AYAKO	10:00-11:00 ZUMBA 60 Chie	
10:30				10:45-11:30 脂肪燃烧エアロ 45 及川照乃			
11:00		NEW 11:15-12:00 オリジナルエアロ 45 及川照乃	11:15-11:45 ライトエアロ 30 富永典子				4月5日(日)のみ開催
11:30	11:15-12:00 コンパクトEX 45 Mai		NEW 12:00-12:45 リトモス 45 奥野絵里奈		11:30-12:30 JAZZHOP 60 陽子	11:15-12:15 プラーナヨガ 60 千夏子	11:45-12:30 リラックスヨガ 45 及川 照乃
12:00		時間変更 12:15-13:00 ステップ 45 及川照乃	NEW 13:00-13:45 メガダンス 45 奥野絵里奈				
12:30	12:15-13:15 バレトン 60 岡田瞳		NEW 13:15-14:00 太極舞 45 富永典子	13:00-14:00 ピラティス 60 中原郁子		12:30-13:00 ライトエアロ 30 千夏子	12:45-13:15 ライトステップ 30 及川照乃
13:00		時間変更 13:15-14:00 骨盤調整&ウェブリング 60 久波真知子			13:30-14:30 ハッピーフローヨガ 60 なおこ	13:15-13:45 ライトステップ 30 千夏子	13:30-14:15 リトモス 45 奥野絵里奈
13:30	13:30-14:30 骨盤調整&ウェブリング 60 久波真知子		14:00-15:00 骨盤調整&ウェブリング 60 久波真知子	14:15-15:15 リラックスヨガ 60 田中久美子			
14:00		時間変更 14:15-15:15 ヴィンヤサヨガ 60 富永典子			14:45-15:45 リトモス 60 奥野絵里奈	14:00-14:45 脂肪燃烧 45 田中久美子	14:30-15:15 Dance Fit 45 奥野絵里奈
14:30			15:15-16:00 脂肪燃烧エアロ 45 石井良幸	15:30-16:15 エアロ 45 田中久美子			
15:00		時間変更 15:30-16:30 ダンスエアロ 60 田中和子				15:00-15:45 ステップ 45 田中久美子	
15:30							
16:00							
16:30							
17:00	16:40-17:30 HIPHOP A 初級 キッズダンス有料スクール				16:40-17:30 リズムJAZZ 初級 キッズダンス有料スクール	16:40-17:30 HIPHOP A 初級 キッズダンス有料スクール	
17:30							
18:00	17:30-18:20 HIPHOP B 初中級 キッズダンス有料スクール					17:30-18:20 HIPHOP B 初中級 キッズダンス有料スクール	
18:30	18:20-19:10 JAZZ HIPHOP初級/初中級 キッズダンス有料スクール						
19:00					19:00-19:45 脂肪燃烧エアロ 45 石井良幸		
19:30		19:30-20:15 Dance Fit 45 奥野絵里奈	19:30-20:15 ZUMBA 45 ATSUKO	19:30-20:30 リラックスヨガ 60 なおこ			
20:00					20:00-20:30 ボディシェイプ 30 石井良幸		
20:30		20:30-21:00 リトモス 30 奥野絵里奈					
21:00							

* 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。

* 祝日は、16:30以降のクラスが無くなりますのでご注意ください。