



STUDIO SCHEDULE

CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

幕張ベイパークアリーナ店 2024年 4月~

	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)		
9:00								9:00	
9:30								9:30	
10:00						有料スクール 国際空手道連盟極真会館 千葉海浜支部 合同 9:45~11:00		10:00	
10:30	ヨガティス 10:30-11:30 梶原 千賀子	ZUMBA 10:30-11:20 梶原 千賀子	ZUMBA 10:30-11:20 藤沼 美和	ヨガ 10:40-11:30 岩田 安季子	ヨガ 10:40-11:30 上野 さきり				10:30
11:00							ヨガ 10:45-11:45 大塚 友美	11:00	
11:30		●変更						11:30	
12:00	ZUMBA 11:45-12:30 伊東 知子	HIP HOP 11:40-12:30 田島 史織	ピラティス 11:40-12:30 AKEMI	ボディシェイブ (筋コン) 11:50-12:40 井手 直樹	SALSATION@ 11:45-12:45 RYON	ヨガ 11:30-12:30 北村 あり	バレトン 12:00-12:45 大塚 友美	12:00	
12:30	●時間変更							12:30	
13:00	ヨガ 12:45-13:35 石川	やさしいヨガ 12:50-13:40 加藤 清			外チフィットネス 13:00-13:50 Megumi	HIP HOP 12:50-13:40 YU-KA		13:00	
13:30								13:30	
14:00	●変更	●変更	やさしいヨガ 13:50-14:40 森 由希子	バレエ (入門) 13:30-14:30 河波 佐結里		●変更 第1週 RYON 14:00-15:00 CHOREOLOGY@		14:00	
14:30	エアロ (初中級) 13:50-14:35 CHIKA	ボディシェイブ (筋コン) 14:00-14:50 CHIKA				第2~5週 中塚 愛瀬 14:00-14:40 エアロ (初級)	SALSATION@ 14:20-15:20 久我 千代子	14:30	
15:00						14:55-15:45 エアロ (中級)		15:00	
15:30								15:30	
16:00	有料スクール 千葉ジェッツ チア リトル (3歳~小学1年生) 16:00~16:50		有料スクール avex ダンスマスタ リトルクラス (4歳~小学2年生) 16:00~17:00	有料スクール キッズアスリート U-6 (年少~年長) 15:40~16:40		●変更 ピラティス 16:00-16:50 長野 道子 ※4月13日からスタート	シェイプボクシング@ (協栄ジム) 15:40-16:30 久我 千代子	16:00	
16:30								16:30	
17:00	有料スクール 千葉ジェッツ チア キッズ (小学2年~4年生) 17:00~18:00		有料スクール avex ダンスマスタ キッズクラス (小学1年~6年生) 17:10~18:10	有料スクール キッズアスリート U-9 (小学1年~3年生) 16:50~17:50		●変更	有料スクール ユース/バレエ (中学生~大学生) 17:00~18:00 河波 佐結里	17:00	
17:30		有料スクール 国際空手道連盟極真会館 千葉海浜支部 キッズジュニア 17:30~19:00 合同 (1階フリースペースにて実施) 19:30~21:00		有料スクール キッズアスリート U-12 (小学4年~6年生) 18:00~19:00		バレエ (初級) 17:10-18:10 バリエガ外山あうら		17:30	
18:00	有料スクール 千葉ジェッツ チア ジュニア (小学5年~中学3年生) 18:10~19:25							18:00	
18:30			エイジレスヨガ 19:10-20:00 石川	SALSATION@ 19:20-20:20 久我 千代子	GGX 19:30-20:10 GG STAFF		カーディオF キックボクシング 18:30-19:20 高橋 幸子	18:30	
19:00		カーディオF キックボクシング 19:30-20:15 高橋 幸子						19:00	
19:30								19:30	
20:00	ヨガ&シェイブ 20:00-21:00 AILI							20:00	
20:30		ファットバーン エクストリーム 20:35-21:15 高橋 幸子	バレエ (入門) 20:20-21:20 上藤 達也	D-Kick 20:40-21:30 YAYOI				20:30	
21:00								21:00	
21:30								21:30	
22:00						22:00 CLOSE		22:00	
22:30	22:30 CLOSE								22:30