































| | 月 (MON) | 火 (TUE) | 水 (WED) | 木 (THU) | 金 (FRI) | 土 (SAT) | 日 (SUN) | |
|-------|---|---|--|---|---|---|---|---|
| 7:00 | 【GG心斎橋大阪店スタジオ定員枠】 ◆上限34名 レッスン内容により異なります | | | | | | | 7:00 |
| | | |  7:30-8:15 朝ヨガ YUKO | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | 8:00 |
| 9:00 |  9:00-9:45 朝ヨガ 石井直子 | | | | | | | 9:00 |
| 10:00 | 10:00-10:45 ベリーダンス HIROCO |  10:00-10:45 YOGA 屋良朝樹 |  10:00-11:00 フラダンス Mariko | 10:15-11:15 SALSATION● Chuchan |  10:00-11:00 ピラティス 二軒谷宏美 | 9:30-10:15 ZUMBA YOSHIKO 第1週実施 |  9:30-10:30 ヨガ&ピラティス ミーナ | 10:00 |
| 11:00 |  11:00-12:00 バレエ基礎 沙梨 | 11:00-12:00 ポルトラ RISA | 11:15-12:00 オリジナルSTEP(初中級) 松本 莉奈 |  11:30-12:15 姿勢改善 KOKEN | 11:15-12:15 YOGA Miyu | 10:30-11:30 ボーリング練習会 仲本加恵 |  10:45-11:30 初級エアロ 戸高 | 11:00 |
| 12:00 |  12:15-12:45 GGX |  12:15-12:45 膝コンディショニング 西田 香 | 12:15-13:00 オリジナルエアロ 松本 莉奈 |  12:30-13:30 ZUMBA YACCHAN |  12:30-13:15 GGX SHAPE | 12:00-13:00 LATIN WILSON | 12:00-13:00 新銀真会 空手スクール (有料) | 12:00 |
| 13:00 |  13:00-14:00 LEAP CONDITIONING YUMI | 13:00-13:45 オリジナルエアロ (初中級) 西田香 | 13:15-14:15 バレエ基礎 川東 偶数週実施 |  14:00-15:00 通りストレッチ&YOGA 内麻紀子 | 13:30-14:30 STREET DANCE はるお |  13:15-14:15 ピラティス 山本 哲矢 |  13:15-14:15 YOGA 上田茂光 | 13:00 |
| 14:00 | 14:15-15:15 LEAP FIGHT YUMI | 14:00-15:00 ZUMBA 城来美 | 14:30-15:30 バレエ中上級 細川 友里 |  15:15-16:15 エアロサーキット 高山 | 14:45-15:45 ZUMBA YUI |  14:45-15:45 K-POP AYANO | 最終週のみ中上級 14:45-15:30 ベージッスステップ 小峰基 | 14:00 |
| 15:00 | | 15:15-16:15 有料レッスン ema | | | | | | 15:00 |
| 16:00 | | | | | |  16:00-17:00 YOGA 二軒谷宏美 | | 16:00 |
| 17:00 | | | | | | | | 17:00 |
| 18:00 |  18:25-19:10 IB YOGA ~Anatomy yoga~ | | 18:30-19:30 ZUMBA 勝達 哲美 |  18:30-19:30 メンテナスヨガ 木下 裕加子 |  18:30-19:15 YOGA MASAYO | | 18:00-19:00 ボーリングアカデミー 井上浩 | 18:00 |
| 19:00 |  19:30-20:15 ボディコンシャス(ストレッチ) 棚田徹 |  19:00-20:00 ZUMBA 高山ゆか | 19:45-20:45 SALSATION● KIRIKO | 19:45-20:30 LATINATION ANA | 20:00-21:00 K-POP Mackey | | | 19:00 |
| 20:00 | 20:45-21:30 CLUBJAZZ 伊藤卓家 | 20:15-21:00 LOCK VORI |  21:00-21:45 YOGA 栗津裕行 | 21:00-22:00 VOGUE ShowTA |  21:15-22:15 ZUMBA 柴田竜一 | | | 20:00 |
| 21:00 | |  21:15-22:15 HIPHOP VORI | | | | | | 21:00 |
| 22:00 | | | | | | | | 22:00 |
| 23:00 | | | | | | | | 23:00 |
| |  マークがあるレッスンは初心者の方でも安心してご参加できます レッスン開始から10分を過ぎた途中参加はご遠慮ください 代行情報は館内掲示・Webからご確認ください スケジュール及び担当者は変更になる場合がありますので、予めご了承下さい。 | | | | | | 代行情報はこちら |  |

アクティブ

ダンス

コンディショニング・調整

ヨガ

有料スクール