



CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

STUDIO SCHEDULE

2月24日（月、祝）

	代々木公園PREMIUM	代々木上原東京	四ツ谷東京	笹塚東京		溝の口神奈川		
				Studio 1	溶岩Hot Studio	3Fスタジオ	2Fスタジオ	
7:00					WOMEN ONLY			7:00
8:00					Web予約可能			8:00
9:00								9:00
10:00		アクティブヨガ 9:30～10:30 長谷川たかはる		バレエ入門 10:00～11:00 峰本春菜				10:00
11:00	ピラティス 10:30～11:30 根岸健一	リラックスヨガ 10:40～11:40 長谷川たかはる	ヨガ 10:30～11:30 AKIKO	有料スクール	ヨガ 11:10～11:55 郡山恵	アシュタンガヨガベーシック 10:30～11:30 TARO		11:00
12:00		HIPHOPJAZZ初級 11:55～12:55 霜田恵	オリジナルエアロ（中級） 11:45～12:45 岡部和彦	バレエ 11:10～11:55 峰本春菜		カーディオキックエクササイズ 11:40～12:30 ヨシ		12:00
13:00	ヨガ ヒーリングフローヨガ 13:00～14:15 AKIKO	バレエ初中級（バー） 13:10～13:55 峰本春菜	メガダンス 12:55～13:55 和加	ビギナーエアロ 12:10～12:50 郡山恵		整/38 スペシャルジョイン オリジナルダンス 12:45～13:35 山口明子・茂木紀子	ヨガ 12:35～13:35 nemu	13:00
14:00		バレエ初中級（センター） 14:00～15:00 峰本春菜	ZUMBA 14:05～14:50 和加	アーバンナイズ 13:55～14:45 ブトゥリ		整/38 スペシャルジョイン RITMOS 13:45～14:45 山口明子・茂木紀子	GroupCentergy 13:45～14:45 MINAMI	14:00
15:00	アロマリラックスヨガ 14:30～15:30 首藤瑞希	メガダンス 15:10～15:55 二宮由真	ジャズダンス 15:00～16:00 風間文	Gアロマヨガ 15:00～16:00 栗原ゆり		ダンススキルアップ 15:00～16:00 山口明子		15:00
16:00		ダンスエアロ 16:05～17:05 二宮由真	バレエ入門 16:10～17:10 佐世義寛					16:00
17:00		整/30 STEP1.5 17:20～18:20 村瀬裕太郎	整/45 オリジナルエアロ中級 17:25～18:25 江村浩二					17:00
18:00		整/45 オリジナルエアロ（中上級） 18:30～19:30 村瀬裕太郎	整/32 ステップ1.5 18:35～19:35 江村浩二				有料スクール 新極真空手 ～キッズ～ 17:30～19:00 入来勇斗	18:00
19:00	19:00 CLOSE							19:00
20:00		20:00 CLOSE		ジャズダンスビギナー 19:35～20:35 絃大		ヨガ（アクティブ） 19:00～20:00 長谷川たかはる	有料スクール 新極真空手 ～一般～ 19:30～21:00 入来勇斗	20:00
21:00	整/ 整理券Web予約が可能です。Web申し込み可能人数・定員は各店お問合せ下さい。			HIPHOP 初級 20:45～21:45 絃大	温 Gデトックスヨガ 20:45～21:35 Ririco	ダンスエアロピクス 20:15～21:15 和加		21:00
22:00	スケジュールは変更される場合がありますので予めご了承下さい。					ZUMBA 21:25～22:15 和加		22:00
	バレエご参加の際センターからのご参加は安全面からもご遠慮下さい。							
						23:30 CLOSE		