



# STUDIO SCHEDULE

CHANGE YOUR BODY, CHANGE YOUR LIFE™

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			
7:00				Studio 1	溶岩Hot Studio	3Fスタジオ	2Fスタジオ	7:00
8:00					WOMEN ONLY			8:00
9:00					Web予約可能			9:00
10:00		アクティヨガ 9:30~10:30 長谷川たかはる	ヨガ 10:30~11:30 AKIKO	バレエ入門 10:00~11:00 峰本春菜	有料スクール	ヨガ 11:10~11:55 峰本春菜	アシュタンガヨガベーシック 10:30~11:30 TARO	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	オリジナルエアロ（中級） 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	ヨガ 11:10~11:55 郡山恵	カーディオキックエクササイズ 11:40~12:30 ヨシ	11:00
12:00		HIPHOPJAZZ初級 11:55~12:55 霜田恵	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	ZUMBA 13:00~13:45 ブタリ	アーバンナイス 13:55~14:45 ブタリ	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	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	Gアロマヨガ 15:00~16:00 粟原ゆり	アーバンナイス 13:55~14:45 ブタリ	整/38 スペシャルジョイン RITMOS 13:45~14:45 山口明子・茂木紀子	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	ジャズダンス 15:00~16:00 風間文	ダンススキルアップ 15:00~16:00 山口明子	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					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 STEP 1.5 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				有料スクール	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				新極真空手 ～キッズ～ 17:30~19:00 入来勇斗	18:00
19:00	19:00 CLOSE			ジャズダンスビギナー 19:35~20:35 純大		ヨガ（アクティブ） 19:00~20:00 長谷川たかはる	有料スクール	19:00
20:00	整/		20:00 CLOSE	HIP HOP 初級 20:45~21:45 純大	Gデトックスヨガ 20:45~21:35 Ririco	ダンスエアロビクス 20:15~21:15 和加	新極真空手 ～一般～ 19:30~21:00 入来勇斗	20:00
21:00	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。					ZUMBA 21:25~22:15 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。							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		