



CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

STUDIO SCHEDULE

浦安千葉

2022/8 休館日: 8/12.13

Main studio schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (7:00 to 23:30). Includes class names, instructors, and special notices.

ソーシャルディスタンスを保つ為、赤枠クラス17名、青枠クラス24名となります。WEB予約割合変更しました。WEB7名、店頭5名、練り越し5名 詳細は館内掲示HPご覧ください 全てのレッスンを強度の低い息の上がらない 穏やかなレッスンに変更させていただきます。

★6階★ メンバー様どなたでも参加できます。 サンドバッグやミットを使っキックやパンチを行うクラス。かっこいいキックができるようになります！

初級者向クラス

スタジオ情報 QRコード Instagram QRコード

変更 ZUMBA@ 19:00-19:45 円谷健一郎

変更 ミッド&ロー&ストレッチ 20:00-21:00 柳田 幸久

リラクソヨガ 21:15-22:15 mayuco

アクティブ系 有料クラス

キッズスクール

変更 ボディメイク 18:45-19:30 大森 恵美子

変更 ビギナーエアロ30 &ストレッチ 19:40-20:10 大森 恵美子

有料バレエ ¥550 21:30-22:00 Chi-tan 実施日8/2.16.30

コンディショニング系

キッズスクール

マリンズダンス アカデミーキッズクラス 15:30-16:30

マリンズダンス アカデミーリトルクラス 16:40-17:40

マリンズダンス アカデミージュニアクラス 17:50-19:05

変更 ボディメイク 18:45-19:30 大森 恵美子

エアロ&ストレッチ 19:15-20:00 大畑 淳一

ラージステップ&ストレッチ 20:15-21:15 大畑 淳一

HIP HOP&ストレッチ 21:30-22:30 YU-KA

リラクソヨガ系

キッズスクール

ストリートダンス 入門低学年 16:30-17:30

ストリートダンス 初級高学年 17:35-18:50

中級エアロ&ストレッチ 19:00-20:00 築地 雅美

宮野式からだ改造塾 20:15-21:15 宮野 成夫

ストリートダンス&ストレッチ 21:30-22:30 MIHO

ダンス系

スケジュールは変更することがございます。ご了承くださいませ。

キッズスクール

テーマパークダンス① 15:40-16:40

テーマパークダンス② 16:50-18:05

テーマパークダンス③ 18:10-19:25

中級エアロ&ストレッチ 19:35-20:35 陸野 裕子

ZUMBA@ 20:45-21:45 塚田 祐佳里

★6F★ ビート&キックス&ストレッチ 18:40-19:10 小山内 映子

スクジュールは変更することがございます。ご了承くださいませ。

スケジュールは変更することがございます。ご了承くださいませ。

キッズスクール

リンパフローストレッチ 15:30-16:20 今村 彩子

ビギナーウォーク&ストレッチ 16:30-17:10 久野 聡郎

ビギナーステップ&ストレッチ 17:25-18:05 久野 聡郎

ミッド&ロー&ストレッチ 18:20-19:20 柳田 幸久

GGX 19:40-19:55 スタッフ

ミッド&ロー&ストレッチ ★3.4週目+10min はあと少し動きたいリクエストにお応えしました。 19:20-19:30

有料バレエ ¥2420 19:40-21:10 Chi-tan 8/20

月曜-土曜 祝日 7:00-23:30

日曜 9:00-20:00

ストリートジャズ

身体調整エクササイズ 16:30-17:15 金子 ずず代

ビート&キックス &ストレッチ 17:30-18:15 金子ずず代

レッスン中立ち位置移動のあるクラス

レッスン中立ち位置移動のないクラス

CLOSE URAYASU CHIBA 047-304-2828

月曜-土曜 祝日 7:00-23:30

日曜 9:00-20:00

スケジュールは変更することがございます。ご了承くださいませ。