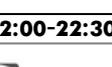
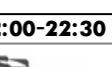
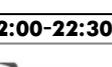
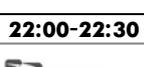
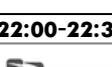
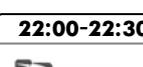
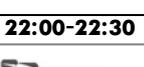


| | MONDAY | TUESDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | FRIDAY | SATURDAY | SUNDAY |
|-------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 0:00 | 0:00-00:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 0:00-00:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 0:00-00:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT | 0:00-00:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 0:00-00:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 0:00-00:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング | 0:00-00:30 VIRTUAL YOGA ヨガ |
| 1:00 | 1:00-1:30 VIRTUAL AERO エアロビクス | 1:00-1:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング | 1:00-1:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 1:00-1:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス | 1:00-1:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング | 1:00-1:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス | 1:00-1:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ |
| 2:00 | 2:00-2:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT | 2:00-2:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT | 2:00-2:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 2:00-2:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT | 2:00-2:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT | 2:00-2:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 2:00-2:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング |
| 3:00 | 3:00-3:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 3:00-3:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス | 3:00-3:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング | 3:00-3:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 3:00-3:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 3:00-3:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT | 3:00-3:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT |
| 4:00 | 4:00-4:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング | 4:00-4:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT | 4:00-4:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT | 4:00-4:30 VIRTUAL AERO エアロビクス | 4:00-4:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT | 4:00-4:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング | 4:00-4:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ |
| 5:00 | 5:00-5:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス | 5:00-5:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 5:00-5:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 5:00-5:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT | 5:00-5:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 5:00-5:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT | 5:00-5:30 VIRTUAL YOGA ヨガ |
| 6:00 | 6:00-6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 6:00-6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 6:00-6:30 VIRTUAL AERO エアロビクス | 6:00-6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 6:00-6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 6:00-6:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 6:00-6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ |
| 7:00 | 7:00-7:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 7:00-7:30 VIRTUAL AERO エアロビクス | 7:00-7:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 7:00-7:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 7:00-7:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス | 7:00-7:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 7:00-7:30 VIRTUAL AERO エアロビクス |
| 8:00 | 8:00-8:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT | 8:00-8:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 8:00-8:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT | 8:00-8:30 VIRTUAL AERO エアロビクス | 8:00-8:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT | 8:00-8:30 VIRTUAL AERO エアロビクス | 8:00-8:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ |
| 9:00 | 9:00-9:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 9:00-9:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス | 9:00-9:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 9:00-9:30 VIRTUAL YOGA ヨガ | 9:00-9:30 VIRTUAL AERO エアロビクス | 9:00-9:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ | 9:00-9:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT |
| 10:00 | 10:00-10:45 ZUMBAGOLD TSUKASA | 10:00-10:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT | 10:15-11:00 不調改善ヨガ YUKI | 10:00-10:45 骨盤調整ヨガ yukari | 10:00-10:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン | 10:00-10:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング | 10:00-10:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス |
| 11:00 | 11:00-11:45 ZUMBA TSUKASA | 11:00-11:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン | 11:15-12:00 フローヨガ YUKI | 11:00-11:45 ビギナーヨガ yukari | 11:00-11:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT | 11:00-11:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン | 11:00-11:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT |

| | MONDAY | TUESDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | FRIDAY | SATURDAY | SUNDAY |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12:00 | 12:00-12:30  エアロピクス | 12:00-12:30  キックボクシング | 12:00-12:30 休講 | 12:00-12:30 休講 | 12:00-12:30  ピラティス/ヨガ | 12:00-12:30  ダンスフィットネス | 12:00-12:30  エアロピクス |
| 13:00 | 13:00-13:45 ストレッチヨガ yuika | 休講 13:30-14:15 ビギナーヨガ YUKI | 13:00-13:30  ヨガ | 13:00-13:45 ZUMBAGOLD TSUKASA | 休講 13:30-15:15 不調改善ヨガ YUKI | 13:00-14:00 背骨 コンディショニング ヨガ yukari | 13:00-13:30  トランポリン |
| 14:00 | 14:00-14:45 フローヨガ yuika | 14:30-15:15 美姿勢ピラティス YUKI | 14:00-14:30  究極HIIT | 14:00-14:45 ZUMBA TSUKASA | 14:30-15:15 美姿勢ピラティス YUKI | 14:15-15:15 腰痛・肩こり 解消ヨガ yukari | 14:00-14:30  キックボクシング |
| 15:00 | 15:00-15:30  トランポリン | 休講 | 15:00-15:30  コアHIIT | 15:00-15:30  キックボクシング | 休講 | 休講 | 15:00-15:30  ダンスフィットネス |
| 16:00 | 16:00-16:30  キックボクシング | 16:00-16:30  ヨガ | 16:00-16:30  ダンスフィットネス | 16:00-16:30  エアロピクス | 16:00-16:30  ピラティス/ヨガ | 16:00-16:30  キックボクシング | 16:00-16:30  コアHIIT |
| 17:00 | 17:00-17:30  ダンスフィットネス | 17:00-17:30  ダンスフィットネス | 17:00-17:30  究極HIIT | 17:00-17:30  トランポリン | 17:00-17:30  究極HIIT | 17:00-17:30  エアロピクス | 17:00-17:30  ヨガ |
| 18:00 | 18:00-18:30  コアHIIT | 18:00-18:30  究極HIIT | 18:00-18:30  トランポリン | 休講 | 18:00-18:30  エアロピクス | 18:00-18:30  トランポリン | 18:00-18:30  究極HIIT |
| 19:00 | 休講 19:30-20:30 SALSATION® CHIKA | 19:00-19:30  トランポリン | 19:00-19:30  エアロピクス | 19:00-19:45 リセットヨガ yuika | 19:30-20:30 SALSATION® CHIKA | 19:00-19:30  ダンスフィットネス | 19:00-19:30  トランポリン |
| 20:00 | | 20:00-20:30  ダンスフィットネス | 20:00-20:30  トランポリン | 20:00-20:45 フローヨガ yuika | | 20:00-20:30  トランポリン | 20:00-20:30  ダンスフィットネス |
| 21:00 | 21:00-21:30  トランポリン | 21:00-21:30  ピラティス/ヨガ | 21:00-21:30  トランポリン | 21:00-21:30  トランポリン | 21:00-21:30  ダンスフィットネス | 21:00-21:30  エアロピクス | 21:00-21:30  トランポリン |
| 22:00 | 22:00-22:30  ダンスフィットネス | 22:00-22:30  エアロピクス | 22:00-22:30  キックボクシング | 22:00-22:30  キックボクシング | 22:00-22:30  究極HIIT | 22:00-22:30  キックボクシング | 22:00-22:30  キックボクシング |
| 23:00 | 23:00-23:30  ピラティス/ヨガ | 23:00-23:30  キックボクシング | 23:00-23:30  ダンスフィットネス | 23:00-23:30  コアHIIT | 23:00-23:30  ピラティス/ヨガ | 23:00-23:30  ヨガ | 23:00-23:30  ヨガ |