

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
0:00	0:00-00:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	0:00-00:30 YOGA ヨガ	0:00-00:30 HYPER C コアHIT	0:00-00:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	0:00-00:30 YOGA ヨガ	0:00-00:30 FIGHT DO キックボクシング	0:00-00:30 YOGA ヨガ
1:00	1:00-1:30 AERO エアロビクス	1:00-1:30 FIGHT DO キックボクシング	1:00-1:30 YOGA ヨガ	1:00-1:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00-1:30 FIGHT DO キックボクシング	1:00-1:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00-1:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
2:00	2:00-2:30 ELEVEN 究極HIT	2:00-2:30 HYPER C コアHIT	2:00-2:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	2:00-2:30 HYPER C コアHIT	2:00-2:30 ELEVEN 究極HIT	2:00-2:30 YOGA ヨガ	2:00-2:30 FIGHT DO キックボクシング
3:00	3:00-3:30 YOGA ヨガ	3:00-3:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	3:00-3:30 FIGHT DO キックボクシング	3:00-3:30 YOGA ヨガ	3:00-3:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	3:00-3:30 ELEVEN 究極HIT	3:00-3:30 ELEVEN 究極HIT
4:00	4:00-4:30 FIGHT DO キックボクシング	4:00-4:30 ELEVEN 究極HIT	4:00-4:30 ELEVEN 究極HIT	4:00-4:30 AERO エアロビクス	4:00-4:30 HYPER C コアHIT	4:00-4:30 FIGHT DO キックボクシング	4:00-4:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
5:00	5:00-5:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	5:00-5:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	5:00-5:30 YOGA ヨガ	5:00-5:30 ELEVEN 究極HIT	5:00-5:30 YOGA ヨガ	5:00-5:30 HYPER C コアHIT	5:00-5:30 YOGA ヨガ
6:00	6:00-6:30 YOGA ヨガ	6:00-6:30 YOGA ヨガ	6:00-6:30 AERO エアロビクス	6:00-6:30 YOGA ヨガ	6:00-6:30 YOGA ヨガ	6:00-6:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	6:00-6:30 YOGA ヨガ
7:00	7:00-7:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	7:00-7:30 AERO エアロビクス	7:00-7:30 YOGA ヨガ	7:00-7:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	7:00-7:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	7:00-7:30 YOGA ヨガ	7:00-7:30 AERO エアロビクス
8:00	8:00-8:30 HYPER C コアHIT	8:00-8:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	8:00-8:30 HYPER C コアHIT	8:00-8:30 AERO エアロビクス	8:00-8:30 HYPER C コアHIT	8:00-8:30 AERO エアロビクス	8:00-8:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
9:00	9:00-9:45 バレットン : Yui <4日,11日,25日>	9:00-9:45 ハタヨガ : SHI <5日,12日,19日,26日>	9:00-9:45 リラクソヨガ : SHI <6日,13日,20日,27日>	9:00-9:30 YOGA ヨガ	9:00-9:30 AERO エアロビクス	9:00-9:45 ラテンダンス : ちよふ <23日,30日>	9:00-9:30 HYPER C コアHIT
10:00	10:00-10:45 リラクソヨガ : SHI <4日,11日,18日,25日>	10:00-10:30 シェイプアップエアロ : ちよふ <5日,12日,19日,26日>	10:00- 10:30 FIGHT DO キックボクシング	10:00-10:30 ELEVEN 究極HIT	10:00-10:45 ヨガベアシック : Mariko <1日,8日,15日,22日,29日>	10:00-10:45 コピーダンス : ちよふ <23日,30日>	10:00- 10:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
11:00	11:00-11:45 ハタヨガ : SHI <4日,11日,18日,25日>	11:00-11:45 シャイロキネシス : Arisa <5日,12日,19日,26日>	11:00- 11:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	11:00- 11:30 FIGHT DO キックボクシング	11:00-11:45 ハタヨガアライメント : Mariko <1日,8日,15日,22日,29日>	11:00- 11:30 UBOUND トランポリン	11:00- 11:30 ELEVEN 究極HIT

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
12:00	12:00-12:45 HIP HOPダンス : MAYU <4日,11日,18日,25日>	12:00- 12:30 FIGHT DO キックボクシング	12:00- 12:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	12:00- 12:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	12:00- 12:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	12:00- 12:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	12:00- 12:30 AERO エアロビクス
13:00	13:00-13:45 K POPダンス : MAYU <4日,11日,18日,25日>	13:00-13:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	13:00-13:30 YOGA ヨガ	13:00-13:30 UBOUND トランポリン	13:00-13:30 FIGHT DO キックボクシング	13:10-13:40 ヨガピクサー : emiri <9日>	13:00-13:30 UBOUND トランポリン
14:00	14:00-14:30 ELEVEN 究極HIIT	14:00-14:30 UBOUND トランポリン	14:00-14:30 ELEVEN 究極HIIT	14:00-14:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	14:00-14:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	13:50-14:20 リラクゼーション : emiri <9日>	14:00-14:30 FIGHT DO キックボクシング
15:00	15:00-15:30 UBOUND トランポリン	15:00-15:30 AERO エアロビクス	15:00-15:30 HYPER C コアHIIT	15:00-15:30 FIGHT DO キックボクシング	15:00-15:30 UBOUND トランポリン	15:00-15:30 バレトン : Yui <2日,9日,23日,30日>	15:00-15:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
16:00	16:00-16:30 FIGHT DO キックボクシング	16:00-16:30 YOGA ヨガ	16:00-16:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	16:00-16:30 AERO エアロビクス	16:00-16:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	16:00-16:30 ヨガピクサー : emiri <2日>	16:00-16:30 HYPER C コアHIIT
17:00	17:00-17:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00-17:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00-17:30 ELEVEN 究極HIIT	17:00-17:45 ランゲージ : ち ふ <7日,14日,21日>	17:00-17:30 ELEVEN 究極HIIT	16:40-17:10 リラクゼーション : emiri <2日>	17:00-17:30 YOGA ヨガ
18:00	18:00-18:30 HYPER C コアHIIT	18:00-18:30 ELEVEN 究極HIIT	18:00-18:30 UBOUND トランポリン	18:00-18:45 コビーダンス : ち ふ <7日,14日,21日>	18:00-18:30 AERO エアロビクス	18:00-18:30 UBOUND トランポリン	18:00-18:30 ELEVEN 究極HIIT
19:00	19:00-19:30 UBOUND トランポリン	19:00-19:30 UBOUND トランポリン	19:00-19:30 AERO エアロビクス	19:00-19:45 シャロキネシス : Arisa <7日,14日,21日,28日>	19:00-19:30 UBOUND トランポリン	19:00-19:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	19:00-19:30 UBOUND トランポリン
20:00	20:00-20:30 FIGHT DO キックボクシング	20:00-20:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	20:00-20:30 UBOUND トランポリン	20:00-20:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	20:00-20:30 UBOUND トランポリン	20:00-20:30 UBOUND トランポリン	20:00-20:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
21:00	21:00-21:30 UBOUND トランポリン	21:00-21:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	21:00-21:30 UBOUND トランポリン	21:00-21:30 UBOUND トランポリン	21:00-21:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	21:00-21:30 AERO エアロビクス	21:00-21:30 UBOUND トランポリン
22:00	22:00-22:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	22:00-22:30 AERO エアロビクス	22:00-22:30 FIGHT DO キックボクシング	22:00-22:30 FIGHT DO キックボクシング	22:00-22:30 ELEVEN 究極HIIT	22:00-22:30 FIGHT DO キックボクシング	22:00-22:30 FIGHT DO キックボクシング
23:00	23:00-23:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	23:00-23:30 FIGHT DO キックボクシング	23:00-23:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	23:00-23:30 HYPER C コアHIIT	23:00-23:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	23:00-23:30 YOGA ヨガ	23:00-23:30 YOGA ヨガ

	Mon (月)	Tue (火)	Wed (水)	Thu (木)	Fri (金)	Sat (土)	Sun (日)
9:00	9:00-9:45 バレトン：Yui <4日,11日,25日>	9:00-9:45 ハタヨガ：SHII <5日,12日,19日,26日>	9:00-9:45 リラックスヨガ：SHII <6日,13日,20日,27日>			9:00-9:45 ラテンダンス：ちよふ <23日,30日>	
10:00	10:00-10:45 リラックスヨガ：SHII <4日,11日,18日,25日>	10:00-10:30 シェイプアップエアロ：北條 梨香 <5日,12日,19日,26日>			10:00-10:45 ヨガベアシック：Mariko <1日,8日,15日,22日,29日>	10:00-10:45 コビーダンス：ちよふ <23日,30日>	
11:00	11:00-11:45 ハタヨガ：SHII <4日,11日,18日,25日>	11:00-11:45 シャイロキネシス：Arisa <5日,12日,19日,26日>			11:00-11:45 ハタヨガアライメント：Mariko <1日,8日,15日,22日,29日>		
12:00	12:00-12:45 HIP HOPダンス：MAYU <4日,11日,18日,25日>						
13:00	13:00-13:45 K POPダンス：MAYU <4日,11日,18日,25日>					13:10-13:40 ヨガビギナー：emiri <9日>	
14:00		14:00-14:45 ラテンダンス：ちよふ <15日>				13:50-14:20 リラックスヨガ：emiri <9日>	
15:00						15:00-15:30 バレトン：Yui <2日,9日,23日,30日>	
16:00		15:00-15:45 コビーダンス：ちよふ <15日>				16:00-16:30 ヨガビギナー：emiri <2日>	
17:00		17:00-17:45 ラテンダンス：ちよふ <22日,29日>		17:00-17:45 ラテンダンス：ちよふ <7日,14日,21日>		16:40-17:10 リラックスヨガ：emiri <2日>	
18:00				18:00-18:45 コビーダンス：ちよふ <7日,14日,21日>			
19:00				19:00-19:45 シャイロキネシス：Arisa <7日,14日,21日,28日>			
20:00							
21:00							