

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
0:00	<b>0:00-00:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>0:00-00:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>0:00-00:30</b> VIRTUAL HYPER C コアHIIT	<b>0:00-00:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>0:00-00:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>0:00-00:30</b> VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	<b>0:00-00:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ
1:00	<b>1:00-1:30</b> VIRTUAL AERO エアロピクス	<b>1:00-1:30</b> VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	<b>1:00-1:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>1:00-1:30</b> VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	<b>1:00-1:30</b> VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	<b>1:00-1:30</b> VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	<b>1:00-1:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
2:00	<b>2:00-2:30</b> VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	<b>2:00-2:30</b> VIRTUAL HYPER C コアHIIT	<b>2:00-2:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>2:00-2:30</b> VIRTUAL HYPER C コアHIIT	<b>2:00-2:30</b> VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	<b>2:00-2:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>2:00-2:30</b> VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
3:00	<b>3:00-3:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>3:00-3:30</b> VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	<b>3:00-3:30</b> VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	<b>3:00-3:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>3:00-3:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>3:00-3:30</b> VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	<b>3:00-3:30</b> VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
4:00	<b>4:00-4:30</b> VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	<b>4:00-4:30</b> VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	<b>4:00-4:30</b> VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	<b>4:00-4:30</b> VIRTUAL AERO エアロピクス	<b>4:00-4:30</b> VIRTUAL HYPER C コアHIIT	<b>4:00-4:30</b> VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	<b>4:00-4:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
5:00	<b>5:00-5:30</b> VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	<b>5:00-5:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>5:00-5:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>5:00-5:30</b> VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	<b>5:00-5:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>5:00-5:30</b> VIRTUAL HYPER C コアHIIT	<b>5:00-5:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ
6:00	<b>6:00-6:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>6:00-6:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>6:00-6:30</b> VIRTUAL AERO エアロピクス	<b>6:00-6:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>6:00-6:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>6:00-6:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>6:00-6:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ
7:00	<b>7:00-7:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>7:00-7:30</b> VIRTUAL AERO エアロピクス	<b>7:00-7:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>7:00-7:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>7:00-7:30</b> VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	<b>7:00-7:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>7:00-7:30</b> VIRTUAL AERO エアロピクス
8:00	<b>8:00-8:30</b> VIRTUAL HYPER C コアHIIT	<b>8:00-8:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>8:00-8:30</b> VIRTUAL HYPER C コアHIIT	<b>8:00-8:30</b> VIRTUAL AERO エアロピクス	<b>8:00-8:30</b> VIRTUAL HYPER C コアHIIT	<b>8:00-8:30</b> VIRTUAL AERO エアロピクス	<b>8:00-8:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
9:00	<b>9:00-9:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>9:00-9:30</b> VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	<b>9:00-9:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>9:00-9:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>9:00-9:30</b> VIRTUAL AERO エアロピクス	<b>9:00-9:30</b> VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	<b>9:00-9:45</b> モーニングフローヨガ emi
10:00	<b>10:00-10:30</b> VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	<b>10:00-10:45</b> 美姿勢ヨガ cri	<b>10:00-10:30</b> VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	<b>10:30-11:00</b> らくらくストレッチ I.AYA	<b>10:00-10:45</b> ZUMBA Aya	<b>10:00-10:45</b> ボディメイクヨガ MIHO	<b>10:00-10:45</b> フリースタイルダンス emi
11:00	<b>11:00-11:30</b> VIRTUAL YOGA ヨガ	<b>11:00-11:45</b> 疲労回復ヨガ cri	<b>11:00-11:30</b> VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	休講	<b>11:00-11:30</b> VIRTUAL HYPER C コアHIIT	<b>11:00-11:30</b> VIRTUAL UBOUND トランポリン	<b>11:00-11:30</b> VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
12:00	12:00-12:45 バレエストレッチ TAMAMI	12:00-12:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	12:00-12:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	12:00-12:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	12:00-12:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	12:00-12:45 HIPHOP YUI	12:00-12:30 VIRTUAL AERO エアロビクス
13:00	13:00-13:45 体幹トレーニング TAMAMI	13:00-13:45 ZUMBA Aya	13:00-13:45 エアロビクス ryotaro	13:00-13:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	13:00-13:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	13:00-13:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	13:00-13:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
14:00	14:00-14:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	14:00-14:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	14:00-14:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	14:00-14:45 ピラティス I.AYA	14:00-14:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	14:00-14:45 ハタヨガ Sawako	14:00-14:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
15:00	15:00-15:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	15:00-15:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	15:00-15:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	15:00-15:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	15:00-15:45 ボクササイズ ryotaro	15:00-15:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	15:00-15:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス
16:00	16:00-16:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	16:00-16:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	16:00-16:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	16:00-16:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	16:00-16:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	16:00-16:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	16:00-16:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
17:00	17:00-17:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00-17:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00-17:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	17:00-17:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	17:00-17:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	17:00-17:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	17:00-17:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
18:00	18:00-18:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	18:00-18:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	18:00-18:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	18:00-18:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	18:00-18:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	18:00-18:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	18:00-18:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
19:00	19:00-19:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	19:00-19:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	19:00-19:45 K-POP カバーダンス YUI	19:00-19:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	19:00-19:45 ハタヨガ Sawako	19:00-19:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	19:00-19:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
20:00	20:00-20:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	20:00-20:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	20:00-20:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	20:00-20:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	20:00-20:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	20:00-20:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	20:00-20:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス
21:00	21:00-21:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	21:00-21:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	21:00-21:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	21:00-21:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	21:00-21:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	21:00-21:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	21:00-21:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
22:00	22:00-22:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	22:00-22:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	22:00-22:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	22:00-22:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	22:00-22:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	22:00-22:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	22:00-22:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
23:00	23:00-23:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	23:00-23:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	23:00-23:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	23:00-23:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	23:00-23:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	23:00-23:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	23:00-23:30 VIRTUAL YOGA ヨガ