

## ドンキホーテUN9可児店 レッスンスケジュール①



0:00-00:30 0:00-00:30 0:00-00:30 0:00-00:30 0:00-00:30 0:00-00:30 0:00-00:30 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL 0:00 HYPER C FIGHT DO YOGA OXIGENO YOGA YOGA ピラティス/ヨガ キックボクシング ヨガ コアHIIT ピラティス/ヨガ ヨガ ヨガ 1:00-1:30 1:00-1:30 1:00-1:30 1:00-1:30 1:00-1:30 1:00-1:30 1:00-1:30 **WIRTUAL** VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL **VIRTUAL** 1:00 **AERO** FIGHT DO FIGHT DO UXIGENO OG/ エアロビクス キックボクシング ダンスフィットネス キックボクシング ダンスフィットネス ピラティス/ヨガ ヨガ 2:00-2:30 2:00-2:30 2:00-2:30 2:00-2:30 2:00-2:30 2:00-2:30 2:00-2:30 VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL 2:00 HYPER C ELEVEN ELEVEN HYPER C YOGA FIGHT DO 究極HIIT コアHIIT ピラティス/ヨガ コアHIIT 究極HIIT キックボクシング ヨガ 3:00-3:30 3:00-3:30 3:00-3:30 3:00-3:30 3:00-3:30 3:00-3:30 3:00-3:30 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL 3:00 FIGHT DO ELEVEN ELEVEN YOGA OXIGENU YOGA キックボクシング ヨガ ピラティス/ヨガ 究極HIIT 究極HIIT ヨガ 4:00-4:30 4:00-4:30 4:00-4:30 4:00-4:30 4:00-4:30 4:00-4:30 4:00-4:30 VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL 4:00 FIGHT DO ELEVEN ELEVEN *AERO* HYPER C FIGHT DO OXIGENO キックボクシング 究極HIIT 究極HIIT エアロビクス コアHIIT ピラティス/ヨガ 5:00-5:30 5:00-5:30 5:00-5:30 5:00-5:30 5:00-5:30 5:00-5:30 5:00-5:30 VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL 5:00 ELEVEN YOGA YOGA YOGA HYPER C ダンスフィット<u>ネ</u>ス ヨガ 究極HIIT ヨガ ヨガ ピラティス/ヨガ コアHIIT 6:00-6:30 6:00-6:30 6:00-6:30 6:00-6:30 6:00-6:30 6:00-6:30 6:00-6:30 VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL 6:00 *AERO* YOGA OXIGENU YOGA YOGA YOGA YOGA ヨガ ヨガ エアロビクス ヨガ ヨガ ピラティス/ヨガ ヨガ 7:00-7:30 7:00-7:30 7:00-7:30 7:00-7:30 7:00-7:30 7:00-7:30 7:00-7:30 **WIRTUAL** VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL 7:00 **AERO** *AERO* OGA OXIGEN **OGA** OXIGENO ピラティス/ヨガ エアロビクス ダンスフィットネス エアロビクス ヨガ ピラティス/ヨガ ヨガ 8:00-8:30 8:00-8:30 8:00-8:30 8:00-8:30 8:00-8:30 8:00-8:30 8:00-8:30 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL 8:00 HYPER C *AERO* HYPER C HYPER C *AERO* ピラティス/ヨガ コアHIIT ピラティス/ヨガ コアHIIT エアロビクス コアHIIT エアロビクス 9:00-9:45 9:00-9:30 9:00-9:30 9:00-9:30 9:00-9:30 9:00-9:30 9:00-9:30 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL ヨガ S VIRTUAL 9:00 *AERO* YOGA HYPER C リラックス系 ヨガ エアロビクス Saori ピラティス/ヨガ ピラティス/ヨガ コアHIIT 10:00-10:45 10:00-10:45 10:00-10:45 10:00-10:30 10:00-10:30 10:00-10:45 10:00-10:45 ヨガ S VIRTUAL VIRTUAL 10:00 ヨガ ルーシーダットン 八ワイアンフラ ヨガ 八一ド系 FIGHT DO Saori 亀山 MEGUMI yayo 亀山 ダンスフィットネス キックボクシング

11:00

11:00-11:45

バレトン

菅原

11:00-11:30

**UBOUND** 

トランポリン

VIRTUAL

11:00-11:45

ルーシーダットン

**MEGUMI** 

11:00-11:30

FIGHT DO

キックボクシング

VIRTUAL

11:00-11:30

HYPER C

コアHIIT

VIRTUAL

11:00-11:30

**UBOUND** 

トランポリン

VIRTUAL

11:00-11:30

S VIRTUAL

ELEVEN

究極HIIT



VIRTUAL

OXIGEN

ピラティス/ヨガ

23:00

## ドンキホーテUNY可児店 レッスンスケジュール②



VIRTUAL

YOGA

ヨガ

VIRTUAL

YOGA

ヨガ

12:00-12:30 12:00-12:30 12:00-12:30 12:00-12:30 12:00-12:30 12:00-12:30 12:00-12:30 **WIRTUAL** VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL 12:00 AERO **AERO** FIGHT DO OXIGENO OXIGENO キックボクシング ピラティス/ヨガ ダンスフィットネス ピラティス/ヨガ ダンスフィットネス エアロビクス エアロビクス 13:00-13:30 13:00-13:30 13:00-13:30 13:00-13:30 13:00-13:45 13:00-13:30 13:00-13:30 S VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL **WIRTUAL** S VIRTUAL 13:00 ハワイアンフラ FIGHT DO **UBOUND UBOUND** YOGA *AERO* キックボクシング ダンスフィットネス ヨガ トランポリン エアロビクス トランポリン yayo 14:00-14:30 14:00-14:30 14:00-14:30 14:00-14:30 14:00-14:45 14:00-14:30 14:00-14:30 VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL ヨガ S VIRTUAL 14:00 S VIRTUAL S VIRTUAL **UBOUND** ELEVEN ELEVEN OXIGENO ハード系 FIGHT DO YOGA 究極HIIT 究極HIIT トランポリン ピラティス/ヨガ Saori キックボクシング 15:00-15:30 15:00-15:30 15:00-15:30 15:00-15:30 15:00-15:30 15:00-15:30 15:00-15:30 SVIRTUAL S VIBTUAL S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL 15:00 HYPER C **UBOUND** AERO FIGHT DO **UBOUND UBOUND** トランポリン エアロビクス コアHIIT ダンスフィットネス キックボクシング トランポリン トランポリン 16:00-16:30 16:00-16:30 16:00-16:30 16:00-16:30 16:00-16:30 16:00-16:30 16:00-16:30 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL 16:00 S VIRTUAL S VIRTUAL FIGHT DO YOGA *AERO* FIGHT DO HYPER C OXIGENO ヨガ ダンスフィットネス エアロビクス ピラティス/ヨガ キックボクシング コアHIIT 17:00-17:30 17:00-17:30 17:00-17:30 17:00-17:30 17:00-17:30 17:00-17:30 17:00-17:30 VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIBTUAL 17:00 ELEVEN **UBOUND** ELEVEN *AERO* YOGA 究極HIIT ダンスフィットネス トランポリン 究極HIIT ダンスフィットネス エアロビクス ヨガ 18:00-18:30 18:00-18:30 18:00-18:30 18:00-18:30 18:00-18:30 18:00-18:30 18:00-18:30 VIRTUAL **WIRTUAL** S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL 18:00 HYPER C **UBOUND** AERO **UBOUND** ELEVEN ELEVEN OXIGENO コアHIIT 究極HIIT トランポリン ピラティス/ヨガ エアロビクス トランポリン 究極HIIT 19:00-19:30 19:00-19:30 19:00-19:30 19:00-19:30 19:00-19:30 19:00-19:45 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL 19:00 Zumba **UBOUND UBOUND UBOUND** 19:30-20:15 · ダンスフィットネス トランポリン ダンスフィットネス トランポリン トランポリン VIVI kick&punch 20:00-20:30 20:00-20:30 20:00-20:30 20:00-20:45 S VIRTUAL yacht S VIRTUAL S VIRTUAL 20:00 Zumba **UBOUND** 20:30-21:15 20:30-21:15 ダンスフィットネス トランポリン ダンスフィットネス 暗闇トランポリン 暗闇トランポリン 21:00-21:30 21:00-21:30 21:00-21:30 21:00-21:30 21:00-21:30 ジュリアナ ジュリアナ VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL 21:00 **UBOUND** *AERO* **UBOUND** OXIGENO ピラティス/ヨガ トランポリン エアロビクス トランポリン 22:00-22:30 22:00-22:30 22:00-22:30 22:00-22:30 22:00-22:30 22:00-22:30 22:00-22:30 VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL 22:00 *AERO* FIGHT DO FIGHT DO ELEVEN FIGHT DO FIGHT DO エアロビクス キックボクシング キックボクシング キックボクシング 究極HIIT キックボクシング 23:00-23:30 23:00-23:30 23:00-23:30 23:00-23:30 23:00-23:30 23:00-23:30 23:00-23:30

VIRTUAL

ダンスフィットネス

FIGHT DO

キックボクシング

S VIRTUAL

HYPER C

コアHIIT

VIRTUAL

OXIGENO

ピラティス/ヨガ