## FIT-AERO 下 岡崎羽根店レッスンスケジュール①



0:00-00:30

VIRTUAL

YOGA

ヨガ

1:00-1:30

UXIGENO

ピラティス/ヨガ

2:00-2:30

FIGHT DO

キックボクシング

3:00-3:30

S VIRTUAL

ELEVEN

究極HIIT

4:00-4:30

OXIGENO

ピラティス/ヨガ

5:00-5:30

S VIRTUAL

YOGA

ヨガ

6:00-6:30

S VIRTUAL

YOGA

ヨガ

7:00-7:30

VIRTUAL

**AERO** 

エアロビクス

8:00-8:30

ピラティス/ヨガ

9:00-9:30

HYPER C

コアHIIT

10:00-10:30

S VIRTUAL

VIRTUAL

VIRTUAL

VIRTUAL

VIRTUAL

0:00

1:00

2:00

3:00

5:00

7:00

8:00

9:00

0:00-00:30 VIRTUAL ピラティス/ヨガ

1:00-1:30 **WIRTUAL** 

*AERO* エアロビクス

2:00-2:30 S VIRTUAL

ELEVEN 究極HIIT

3:00-3:30 VIRTUAL

> YOGA ヨガ

4:00-4:30

VIRTUAL 4:00 FIGHT DO キックボクシング

5:00-5:30

S VIRTUAL

ダンスフィットネス

6:00-6:30 VIRTUAL 6:00 YOGA

ヨガ

7:00-7:30 VIRTUAL OXIGENO

ピラティス/ヨガ

8:00-8:30 S VIRTUAL HYPER C

コアHIIT

9:00-9:30 VIRTUAL

ピラティス/ヨガー

10:00~10:50 マシンピラティス

P

10:00 YURI

11:00~11:50 11:00 マシンピラティス YURI

0:00-00:30

VIRTUAL YOGA

ヨガ

1:00-1:30 SOVIRTUAL FIGHT DO

キックボクシング

2:00-2:30 S VIRTUAL HYPER C

コアHIIT

3:00-3:30 S VIRTUAL

4:00-4:30

S VIRTUAL ELEVEN

究極HIIT

5:00-5:30 VIRTUAL

ピラティス/ヨガ

6:00-6:30

S VIRTUAL YOGA

ヨガ

7:00-7:30

S VIRTUAL *AERO* 

エアロビクス

8:00-8:30 VIRTUAL

ピラティス/ヨガ

9:00-9:30

S VIRTUAL ダンスフィットネス

10:00~10:45 ビギナーヨガ

keico

11:00~11:45

美脚ヨガ keico

0:00-00:30 S VIRTUAL HYPER C

コアHIIT

1:00-1:30 S VIRTUAL OG/

ヨガ

2:00-2:30 VIRTUAL

ピラティス/ヨガ

3:00-3:30 VIRTUAL FIGHT DO

キックボクシング

4:00-4:30 WIRTUAL . ELEVEN

究極HIIT

5:00-5:30 S VIRTUAL

> YOGA ヨガ

6:00-6:30 VIRTUAL

*AERO* エアロビクス

7:00-7:30

S VIRTUAL 'OGA

ヨガ

8:00-8:30 S VIRTUAL HYPER C

コアHIIT

9:00-9:30 VIRTUAL

ピラティス/ヨガ

10:00-10:30 VIRTUA FIGHT DO

キックボクシング

11:00-11:30 S VIRTUAL

ダンスフィットネス

0:00-00:30 S VIRTUAL

OXIGENO

ピラティス/ヨガ

S VIRTUAL

1:00-1:30

ダンスフィットネス 2:00-2:30

> S VIRTUAL HYPER C

> > コアHIIT

3:00-3:30 VIRTUAL YOGA

ヨガ

4:00-4:30 VIRTUAL *AERO* 

エアロビクス

5:00-5:30 S VIRTUAL ELEVEN

究極HIIT

6:00-6:30 VIRTUAL YOGA

ヨガ

7:00-7:30 VIRTUAL OXIGEN

ピラティス/ヨガ

8:00-8:30 VIRTUAL *AERO* 

エアロビクス

9:00-9:30 VIRTUAL YOGA

ヨガ

10:00~10:45 やさしい フィットネスフラ namiko

11:00~11:45 フィットネスフラ

namiko

11:00~11:45 **ZUMBA** 

聖花

0:00-00:30 VIRTUAL FIGHT DO

1:00-1:30 1:00-1:30

VIRTUAL **VIRTUAL** FIGHT DO キックボクシング

2:00-2:30

S VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT

0:00-00:30

VIRTUAL

YOGA

ヨガ

3:00-3:30 VIRTUAL OXIGENO

4:00-4:30 S VIRTUAL HYPER C

コアHIIT 5:00-5:30 VIRTUAL

> YOGA ヨガ

6:00-6:30 VIRTUAL YOGA

ヨガ

7:00-7:30 **VIRTUAL** 

ダンスフィットネス

8:00-8:30 S VIRTUAL HYPER C

コアHIIT

9:00-9:30 VIRTUAL *AERO* エアロビクス

10:00-10:30

VIRTUAL **UBOUND** トランポリン

キックボクシング

ダンスフィットネス

2:00-2:30 S VIRTUAL YOGA ヨガ

3:00-3:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT

4:00-4:30

S VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング

5:00-5:30

S VIRTUAL HYPER C コアHIIT

6:00-6:30

VIRTUAL OXIGENU

7:00-7:30

S VIRTUAL 'OGA ヨガ

8:00-8:30

S VIRTUAL *AERO* エアロビクス

9:00-9:30

VIRTUAL ピラティス/ヨガ

10:00-10:30

S VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング

11:00-11:30

VIRTUAL **UBOUND** トランポリン

11:00-11:30 S VIRTUAL ELEVEN

MEGAD/

*ダ*ンスフィットネス

究極HIIT

## FIT-AERI 下 岡崎羽根店レッスンスケジュール②



12:00-12:30

**WIRTUAL** 

**AERO** 

エアロビクス

13:00-13:30

**UBOUND** 

トランポリン

14:00-14:30

FIGHT DO

キックボクシング

15:00-15:30

ダンスフィットネス

16:00-16:30

**HYPER C** 

コアHIIT

17:00-17:30

VIRTUAL

YOGA

ヨガ

18:00-18:30

S VIRTUAL

ELEVEN

究極HIIT 19:00-19:30

VIRTUAL

**UBOUND** 

トランポリン

S VIRTUAL

S VIRTUAL

S VIRTUAL

VIRTUAL

12:00-12:30 12:00-12:30 12:00-12:30 12:00-12:30 12:00-12:30 12:00~12:50 S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL 12:00 マシンピラティス FIGHT DO OXIGENC YURI 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 キックボクシング 13:00-13:30 13:00-13:30 13:00-13:30 13:15-13:45 13:00~13:45 13:00~13:45 S VIRTUAL S VIRTUAL 骨盤矯正 S VIRTUAL S VIRTUAL 13:00 ベーシックヨガ FIGHT DO エクササイズ YOGA *AERO* keico keico キックボクシング ダンスフィットネス エアロビクス ヨガ 14:00-14:30 12:00-12:30 14:00-14:30 14:00-14:30 14:00-14:30 14:00~14:45 VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL 14:00 ダイエットヨガ **UBOUND** ELEVEN ELEVEN OXIGEN YOGA 究極HIIT keico 究極HIIT ピラティス/ヨガ トランポリン ヨガ 15:00-15:30 15:15-15:45 15:15-15:45 15:00~15:45 15:00~15: 15:00~15:45 **VIRTUAL** S VIRTUAL VIRTUAL 15:00 フィットネスフラ マシンピラティス **ZUMBA** *AERO* HYPER C **UBOUND** namiko **YURI** フコミ エアロビクス コアHIIT トランポリン 16:00-16:30 16:00-16:30 16:15-16:45 16:00-16:30 16:00~16:50 16:30~17:15 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL 16:00 S VIRTUAL マシンピラティス **ZUMBA** FIGHT DO YOGA UXIGENO YURI マコミ ヨガ ダンスフィットネス ピラティス/ヨガ P 17:15-17:45 17:00-17:30 17:00-17:30 17:00~17:50 17:00~17:45 17:00 S VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL **ZUMBA** マシンピラティス 休講 ELEVEN **YURI** マユミ ダンスフィットネス ダンスフィットネス ダンスフィットネス 究極HIIT 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 VIRTUAL **WIRTUAL** VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL 18:00 HYPER C **UBOUND** AERO FIGHT DO FIGHT DO OXIGENO コアHIIT キックボクシング トランポリン ピラティス/ヨガ エアロビクス キックボクシング 19:00-19:30 19:00-19:30 19:15-19:45 19:00-19:30 19:00-19:30 19:00~19:45 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL 19:00 ZUMBA **UBOUND UBOUND UBOUND** マユミ *ダ*ンスフィットネス トランポリン トランポリン ダンスフィットネス トランポリン 20:00-20:30 20:00-20:30 20:00-20:30 20:00-20:30 20:00-20:30 20:00-20:30 S VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL **WIRTUAL** S VIRTUAL 20:00 S VIRTUAL FIGHT DO **UBOUND UBOUND** OXIGEN キックボクシング ピラティス/ヨガ トランポリン トランポリン ダンスフィットネス 21:00-21:30 21:00-21:30 21:00-21:30 21:00-21:30 21:00-21:30 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL 21:00 **UBOUND** FIGHT DO UBOUND OXIGENO キックボクシング トランポリン ピラティス/ヨガ 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 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL S VIRTUAL 22:00

20:00-20:30 S VIRTUAL *UBOUND* トランポリン 21:00-21:30 21:00-21:30 VIRTUAL S VIRTUAL AERO UBOUND エアロビクス トランポリン 22:00-22:30 22:00-22:30 VIRTUAL FIGHT DO *AERO* ELEVEN FIGHT DO FIGHT DO **UBOUND** ダンスフィットネス エアロビクス キックボクシング キックボクシング トランポリン 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 VIRTUAL VIRTUAL VIRTUAL S VIRTUAL VIRTUAL 23:00 OXIGEN FIGHT DO HYPER C OXIGEN YOGA YOGA キックボクシング ダンスフィットネス コアHIIT ピラティス/ヨガ ヨガ ヨガ **P** は女性専用やシンピラティスレッスンです。 最終更新日:2025/11/1 ピラティスの予約スケジュール更新は毎月20日です