PILATES SCHEDULE

清須新川橋店

F.E

	Mon（月）	Tue（火）	Wed（水）	Thu（木）	Fri（金）	Sat（土）	Sun（日）
9:00				9：00～9：50 AI			
10:00	10：00～10：50 rina	10：00～10：50 hisayo	10：00～10：50 あかり	10：00～10：50 AI	10：00～10：50 SHIOKAWA	10：00～10：50 hiromi	
11:00	11：00～11：50 rina	11：00～11：50 hisayo	11：00～11：50 あかり	11：00～11：50 AI	11：00～11：50 SHIOKAWA	11：00～11：50 hiromi	
12:00	12：00～12：50 rina	12：00～12：50 hisayo			12：00～12：50 SHIOKAWA	12：00～12：50 hiromi	
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00			18：00～18：50 hiromi	18：00～18：50 hisayo			
19:00			19：00～19：50 hiromi	19：00～19：50 hisayo			
20:00			20：00～20：50 hiromi				
21:00							

FIT-AERO 7月 清須新川橋店レッスンスケジュール①

RADICAL VIRTUAL

	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HIIT	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HIIT	2:00-2:30 HYPER C コアHIIT	2:00-2:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	2:00-2:30 HYPER C コアHIIT	2:00-2:30 ELEVEN 究極HIIT	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HIIT	3:00-3:30 ELEVEN 究極HIIT
4:00	4:00-4:30 FIGHT DO キックボクシング	4:00-4:30 ELEVEN 究極HIIT	4:00-4:30 ELEVEN 究極HIIT	4:00-4:30 AERO エアロビクス	4:00-4:30 HYPER C コアHIIT	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HIIT	5:00-5:30 YOGA ヨガ	5:00-5:30 HYPER C コアHIIT	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HIIT	8:00-8:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	8:00-8:30 HYPER C コアHIIT	8:00-8:30 AERO エアロビクス	8:00-8:30 HYPER C コアHIIT	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	9:00-9:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00-9:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	9:00-9:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00-9:30 YOGA ヨガ	9:00-9:30 AERO エアロビクス	9:00-9:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00-9:30 HYPER C コアHIIT
10:00	シェイプアップ ヨガ 伊藤庸介	10:00-10:30 HYPER C コアHIIT	10:00-10:30 FIGHT DO キックボクシング	10:00-10:30 ELEVEN 究極HIIT	10:00-10:30 UBOUND トランポリン	朝の優しい ヨガフロー EVA	10:00-10:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
11:00	ボクシング エクササイズ 伊藤庸介	11:00-11:30 UBOUND トランポリン	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	11:00-11:30 HYPER C コアHIIT	パワーフロー ヨガ EVA	11:00-11:30 ELEVEN 究極HIIT

FIT-AERO 8月清須新川橋店レッスンスケジュール② RADICAL VIRTUAL

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
12:00	12:00-12:30 AERO エアロビクス	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	ボールピラティス 伊藤庸介	13:00-13:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	ココロとカラダを ゆるめるヨガ SON	ZUMBA MARIO	13:00-13:30 FIGHT DO キックボクシング	HIPHOP SARAH	13:00-13:30 UBOUND トランポリン
14:00	骨盤調整ヨガ 伊藤庸介	エアロ 片岡	ダイエットパワー ヨガ SON	振付けダンス MARIO	14:00-14:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	K-POP （カバーダンス） SARAH	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	ZUMBA 片岡	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	BODY ATTACK 松平直也	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	BODY COMBAT 松平直也	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	17:00-17:30 UBOUND トランポリン	17:00-17:30 ELEVEN 究極HIIT	17:00-17:30 AERO エアロビクス	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	18:00-18:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	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	太極拳 早川友規	19:00-19:30 AERO エアロビクス	BODY ATTACK 松平直也	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	BASIC DANCE SARAH	姿勢改善 ゆるメゾット 早川友規	20:00-20:30 UBOUND トランポリン	BODY COMBAT 松平直也	K-POP （カバーダンス） SARAH	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