

FIT-AERO 土浦店レッスンスケジュール①

プレオープン

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
0:00	 0:00-00:30 ピラティス/ヨガ	 0:00-00:30 ヨガ	 0:00-00:30 コアHIIT	 0:00-00:30 ピラティス/ヨガ	 0:00-00:30 ヨガ	 0:00-00:30 キックボクシング	 0:00-00:30 ヨガ
1:00	 1:00-1:30 エアロピクス	 1:00-1:30 キックボクシング	 1:00-1:30 ヨガ	 1:00-1:30 ダンスフィットネス	 1:00-1:30 キックボクシング	 1:00-1:30 ダンスフィットネス	 1:00-1:30 ピラティス/ヨガ
2:00	 2:00-2:30 究極HIIT	 2:00-2:30 コアHIIT	 2:00-2:30 ピラティス/ヨガ	 2:00-2:30 コアHIIT	 2:00-2:30 究極HIIT	 2:00-2:30 ヨガ	 2:00-2:30 キックボクシング
3:00	 3:00-3:30 ヨガ	 3:00-3:30 ダンスフィットネス	 3:00-3:30 キックボクシング	 3:00-3:30 ヨガ	 3:00-3:30 ピラティス/ヨガ	 3:00-3:30 究極HIIT	 3:00-3:30 究極HIIT
4:00	 4:00-4:30 キックボクシング	 4:00-4:30 究極HIIT	 4:00-4:30 究極HIIT	 4:00-4:30 エアロピクス	 4:00-4:30 コアHIIT	 4:00-4:30 キックボクシング	 4:00-4:30 ピラティス/ヨガ
5:00	 5:00-5:30 ダンスフィットネス	 5:00-5:30 ピラティス/ヨガ	 5:00-5:30 ヨガ	 5:00-5:30 究極HIIT	 5:00-5:30 ヨガ	 5:00-5:30 コアHIIT	 5:00-5:30 ヨガ
6:00	 6:00-6:30 ヨガ	 6:00-6:30 ヨガ	 6:00-6:30 エアロピクス	 6:00-6:30 ヨガ	 6:00-6:30 ヨガ	 6:00-6:30 ピラティス/ヨガ	 6:00-6:30 ヨガ
7:00	 7:00-7:30 ピラティス/ヨガ	 7:00-7:30 エアロピクス	 7:00-7:30 ヨガ	 7:00-7:30 ピラティス/ヨガ	 7:00-7:30 ダンスフィットネス	 7:00-7:30 ヨガ	 7:00-7:30 エアロピクス
8:00	 8:00-8:30 コアHIIT	 8:00-8:30 ピラティス/ヨガ	 8:00-8:30 コアHIIT	 8:00-8:30 エアロピクス	 8:00-8:30 コアHIIT	 8:00-8:30 エアロピクス	 8:00-8:30 ピラティス/ヨガ
9:00	 9:00-9:30 ピラティス/ヨガ	 9:00-9:30 ダンスフィットネス	9:00-9:45 リラックスヨガ SAORI	 9:00-9:30 ヨガ	 9:00-9:30 エアロピクス	 9:00-9:30 ピラティス/ヨガ	 9:00-9:30 コアHIIT
10:00	10:00-10:45 パレトン YUU	 10:00-10:30 コアHIIT	10:00-10:45 パワーヨガ SAORI	 10:00-10:30 究極HIIT	10:00-10:45 リラックスヨガ MIHO 休講	 10:00-10:30 キックボクシング	 10:00-10:30 ダンスフィットネス
11:00	11:00-11:45 ヨガ YUU	 11:00-11:30 トランポリン	 11:00-11:30 ダンスフィットネス	 11:00-11:30 キックボクシング	11:00-11:45 リフレッシュヨガ MIHO 休講	 11:00-11:30 トランポリン	 11:00-11:30 究極HIIT

FIT-AERO 土浦店レッスンスケジュール②



	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
12:00	12:00-12:30 VIRTUAL AERO エアロピクス	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	12:00-12:45 スローフローヨガ SAORI	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 AERO エアロピクス
13:00	13:00-13:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	13:00-13:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	13:00-13:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	13:00-13:45 パワーヨガ SAORI	13:00-13:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	13:00-13:30 VIRTUAL AERO エアロピクス	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	14:00-14:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	14:00-14:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	14:00-14:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	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 エアロピクス	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	15:00-15:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	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 エアロピクス	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 エアロピクス	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 エアロピクス	18:00-18:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	18:00-18:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
19:00	19:00-19:45 ピラティス ベーシック CHIEMI	19:00-19:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	19:00-19:45 エアロピクス Sui	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	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	20:00-20:45 エアロピクス Sui	20:00-20:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	20:00-20:45 リズムレーニング Sui	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 エアロピクス	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 エアロピクス	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