【長久手グリーンロード店レッスンスケジュール①】

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
0:00	00:00～00:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	00:00～00:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	00:00～00:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	00:00～00:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	00:00～00:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	00:00～00:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	00:00～00:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
1:00	1:00～1:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	1:00～1:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	1:00～1:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	1:00～1:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00～1:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	1:00～1:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00～1:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
2:00	2:00～2:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	2:00～2:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	2:00～2:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	2:00～2:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	2:00～2:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	2:00～2:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	2:00～2:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
3:00	3:00～3:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	3:00～3:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	3:00～3:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	3:00～3:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	3:00～3:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	3:00～3:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	3:00～3:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
4:00	4:00～4:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	4:00～4:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	4:00～4:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	4:00～4:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	4:00～4:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	4:00～4:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	4:00～4:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
5:00	5:00～5:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	5:00～5:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	5:00～5:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	5:00～5:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	5:00～5:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	5:00～5:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	5:00～5:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
6:00	6:00～6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00～6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00～6:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	6:00～6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00～6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00～6:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	6:00～6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
7:00	7:00～7:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	7:00～7:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	7:00～7:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	7:00～7:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	7:00～7:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	7:00～7:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	7:00～7:30 VIRTUAL AERO エアロビクス
8:00	8:00～8:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	8:00～8:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	8:00～8:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	8:00～8:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	8:00～8:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	8:00～8:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	8:00～8:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
9:00	9:00~9:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00~9:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	9:00~9:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00~9:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	9:00~9:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	9:00~9:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00~9:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
10:00	10:15~10:45 バレエ エクササイズ MAYA	10:15~11:00 BODY CONBAT Kozzi	10:00~10:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	10:15~11:00 フローヨガ chika	10:00~10:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	10:00~10:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	10:00~10:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス
11:00	11:00~11:45 バレトン MAYA	休講	10:45~11:45 Let's jump! maiko	11:15~12:00 music flow pilates tomo	11:15~12:00 Universal Yoga Earth mana	11:00~11:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	11:00~11:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
12:00	12:00~12:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	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	休講	休講	12:00~12:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	12:00~12:30 VIRTUAL AERO エアロビクス

【長久手グリーンロード店レッスンスケジュール②】

13:00	13:00~13:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	13:00~13:45 セルフ コンディショニング 平野貴世 15:00-15:30 休講	13:00~13:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	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 14:00-14:30休講
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	14:30~15:15 BODY CONBAT Kozzi
15:00	15:00~15:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	第2・第4火曜日 15:30~16:10 フロアバレエ RIE	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	19:15~20:00 ハタヨガベーシック Motoko	19:00~19:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	19:00~19:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	第1・第3木曜日 19:00~19:45 足趾トレーニング RIE	19:15~20:00 ハタヨガベーシック Motoko	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	20:15~21:00 ゆるめる リラックスヨガ Motoko	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	20:15~21:00 ゆるめる リラックスヨガ Motoko	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	休講	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 UBOUND トランポリン	休講	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

FIT-AERO