



【 浜松南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 OXIGENO ピラティス/ヨガ	00:00~00:30 YOGA ヨガ	00:00~00:30 HYPER C コアHIIT	00:00~00:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	00:00~00:30 YOGA ヨガ	00:00~00:30 FIGHT DO キックボクシング	00:00~00:30 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	10:00~10:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	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	10:00~10:30 FIGHT DO キックボクシング	10:00~10:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
11:00	10:45~11:30 優しいハタヨガ 天野明香	11:00~11:30 UBOUND トランポリン	10:45~11:30 リンパドレナージュ 鈴木悠真	11:00~11:30 リラックス ストレッチヨガ 天野明香	11:00~11:30 HYPER C コアHIIT	11:00~11:30 UBOUND トランポリン	11:00~11:30 ELEVEN 究極HIIT
	11:45~12:30 身体を整えるヨガ 天野明香	12:00~12:30 FIGHT DO キックボクシング	11:45~12:30 BODY COMBAT 鈴木悠真	11:45~12:30 リフレッシュ フローヨガ 天野明香	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	12:45~13:15 UNG jump KEN	13:00~13:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	13:00~13:30 YOGA ヨガ	13:00~13:45 FIGHT DO KEN	13:00~13:30 FIGHT DO キックボクシング	13:00~13:30 AERO エアロビクス	13:00~13:30 UBOUND トランポリン
14:00	13:30~14:15 FIGHT DO KEN 14:30~15:15 エアロビクス RIEKO	14:00~14:45 ZUMBA® SAYU	14:00~14:45 エアロビクス RIEKO	14:00~15:00 UNIVERSAL YOGA EARTH KEN	14:00~14:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	14:00~14:30 YOGA ヨガ	14:00~14:30 FIGHT DO キックボクシング
15:00		15:00~15:45 UNIVERSAL YOGA EARTH SAYU	15:00~15:45 ZUMBA 心優	15:15~15:45 UNG jump KEN	15:00~15:30 UBOUND トランポリン	15:00~15:30 UBOUND トランポリン	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	16:00~16:45 CHOREOLOGY 心優	16:00~16:30 AERO エアロビクス	16:00~16:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	16:00~16:30 FIGHT DO キックボクシング	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	18:00~18:45 X55 KEN	18:00~18:30 UBOUND トランポリン	18:00~18:30 筋膜リリース & ヨガ naoko	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	19:00~19:45 FIGHT DO KEN	19:00~19:30 AERO エアロビクス	18:45~19:45 ベーシックヨガ naoko	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	20:00~20:30 FIGHT DO キックボクシング	20:00~20:45 K-FIGHTING KEN	19:00~19:30 UBOUND トランポリン	20:00~20:30 ヨガ& メディテーション naoko	20:00~20:30 UBOUND トランポリン	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 UBOUND トランポリン	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

