【　東松山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 UBOUND トランポリン	0:00~0:30 X55 ステップ台	00:00～00:30 UBOUND トランポリン	00:00～00:30 X55 ステップ台	00:00～00:30 UBOUND トランポリン	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 FIGHT DO キックボクシング	1:00～1:30 X55 ステップ台	1:00～1:30 FIGHT DO キックボクシング	1:00～1:30 X55 ステップ台	1:00～1:30 X55 ステップ台	1:00～1:30 X55 ステップ台	1:00~1:30 UBOUND トランポリン
2:00	2:00～2:30 ELEVEN 究極HIIT	2:00～2:30 FIGHT DO キックボクシング	2:00~2:30 UBOUND トランポリン	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 UBOUND トランポリン	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 UBOUND トランポリン	5:00～5:30 UBOUND トランポリン	5:00～5:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
6:00	6:00～6:30 YOGA ヨガ	6:00~6:30 FIGHT DO キックボクシング	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 YOGA ヨガ	6:00～6:30 YOGA ヨガ
7:00	7:00～7:30 AERO エアロビクス	7:00～7:30 AERO エアロビクス	7:00～7:30 X55 ステップ台	7:00～7:30 X55 ステップ台	7:00～7:30 X55 ステップ台	7:00~7:30 UBOUND トランポリン	7:00～7:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
8:00	8:00～8:30 FIGHT DO キックボクシング	8:00~8:30 FIGHT DO キックボクシング	8:00～8:30 YOGA ヨガ	8:00～8:30 X55 ステップ台	8:00～8:30 FIGHT DO キックボクシング	8:00～8:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	8:00~8:30 UBOUND トランポリン
9:00	9:00~9:30 UBOUND トランポリン	9:00~9:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	9:00~9:30 UBOUND トランポリン	9:00~9:30 UBOUND トランポリン	9:00~9:30 UBOUND トランポリン	9:00~9:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00~9:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
10:00	10:00~10:30 X55 ステップ台	10:00~10:30 FIGHT DO キックボクシング	10:00~10:30 FIGHT DO キックボクシング	10:00~10:30 UBOUND トランポリン	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 X55 ステップ台
11:00	11：00～11：45 ラテン エアロビクス Kiyoe	11:00~11:30 X55 ステップ台	10:45~11:30 ZUMBA natsu	11:00~11:30 FIGHT DO キックボクシング	11:00~11:30 YOGA ヨガ	11:00~11:30 UBOUND トランポリン	11:00~11:30 FIGHT DO キックボクシング
12:00	12：00～13：00 フラダンス Kiyoe	12:00~12:30 UBOUND トランポリン	12:00~12:30 セルフ体幹コンディショニング natsu	12:00~12:30 AERO エアロビクス	12:00~12:30 UBOUND トランポリン	12:00~12:30 X55 ステップ台	12:00~12:30 AERO エアロビクス

【　東松山店レッスンスケジュール②　】

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
13:00	13:10~13:40 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 UBOUND トランポリン	13：00～14：00 心身のコア力を高めるヨガ HIROE	13：00～14：00 フラダンス Kiyoe	13:00~13:30 VIRTUAL X55 ステップ台	13:00~13:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
14:00	14:00~14:30 VIRTUAL X55 ステップ台	14:00~14:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	14:00~14:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	休講	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 FIGHT DO キックボクシング
15:00	15:00~15:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	15:00~15:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	15:00~15:30 VIRTUAL X55 ステップ台	15:00~15:45 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	15:00~15:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	15:00~15:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	15:00~15:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
16:00	16:00~16:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	16:00~16:45 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	16:00~16:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	16:00~16:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	16:00~16:30 VIRTUAL X55 ステップ台	16:00~16:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	16:00~16:30 VIRTUAL AERO エアロビクス
17:00	17:00~17:30 VIRTUAL X55 ステップ台 17:45~18:15 VIRTUAL UBOUND トランポリン	17:00~17:30 VIRTUAL X55 ステップ台	17:00~17:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	17:00~17:30 VIRTUAL X55 ステップ台	17:00~17:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	17:00~17:30 VIRTUAL X55 ステップ台	17:00~17:30 VIRTUAL X55 ステップ台 17:45~18:15 VIRTUAL UBOUND トランポリン
18:00	18:30~19:00 VIRTUAL X55 ステップ台	18：30～19：00 UBOUND 久野翔利 19：30～20：00 UBOUND 久野翔利	18:00~18:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	18:00~18:30 VIRTUAL X55 ステップ台	18:00~18:30 VIRTUAL X55 ステップ台	18：30～19：00 UBOUND 久野翔利 19：30～20：00 UBOUND 久野翔利	18:30~19:00 VIRTUAL X55 ステップ台
19:00	19:15~19:45 VIRTUAL UBOUND トランポリン		19：00～19：30 UBOUND 久野翔利 19：45～20：15 UBOUND 久野翔利	19：00～19：45 BODYATTACK KOUHEI	19:00~19:45 VIRTUAL UBOUND トランポリン		19:15~19:45 VIRTUAL UBOUND トランポリン
20:00	20:00~20:30 VIRTUAL X55 ステップ台 20:45~21:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	20:15～20：45 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT		20：05～20：50 BODYCOMBAT KOUHEI	20:00~20:45 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	20：20～21：20 ナチュラル flowヨガ HIROE	20:00~20:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン 20:45~21:30 VIRTUAL X55 ステップ台
21:00		21:00～21:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	21:00~21:45 VIRTUAL X55 ステップ台	21:00~21:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	21:00~21:45 VIRTUAL X55 ステップ台	21:40~22：10 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 UBOUND トランポリン	22:00~22:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	22:00~22:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	22:30~23:00 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	22:20~22:50 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	22:00~22:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
23:00	23:00~23:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	23:00~23:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	23:00~23:30 VIRTUAL X55 ステップ台	23:00~23:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	23:15~23:45 VIRTUAL UBOUND トランポリン	23:00~23:30 VIRTUAL X55 ステップ台	23:00~23:30 VIRTUAL YOGA ヨガ

備考

FIT-AERO