

スタジオ スケジュール

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
ベリーベーシック	EARTH YOGA	ハタ・ヴィンヤサヨガ	OXIGENO	ハタ・ヴィンヤサヨガ	ポルトブラ	ボディコンディショニング
10:20~11:05	10:10~10:55	10:10~11:10	10:10~11:10	10:10~11:10	10:20~11:05	10:30~11:30
古川 浩史	A I	MU	恭子	HARUNA	中 裕美	佐藤 和枝
ボディケア	メガダンス	ストリートダンス	メガダンス	ワークアウトダンス	ピラティス	
11:15~12:00	11:05~11:50	11:20~12:05	11:15~12:00	11:20~12:05	11:15~12:15	
古川 浩史	kumiko	MU	鈴木 志緒里	HARUNA	中 裕美	
		EARTH YOGA				
		12:15~12:45				
		MU				
ストレッチ	ストレッチ	ストレッチ	ストレッチ	ストレッチ	ストレッチ	
13:30~14:00	13:30~14:00	13:30~14:00	13:30~14:00	13:30~14:00	12:30~13:00	
		yoga		背骨コンディショニング		
		15:55~16:40		14:55~15:40		
		谷合 希実子		南 晴世		
OXIGENO	ハイ&ロー	ハタヨガ	JAZZ	バランスコーディネーション		
19:00~19:45	19:00~19:45	19:00~19:45	19:00~19:45	19:00~19:30		
kumiko	田母神 晶子	鈴木 麻理絵	AKKY	鈴木 麻理絵		
		ベーシックダンスワークアウト		パワーヨガ		
		20:00~20:45		19:40~20:40		
		T a i c h i		鈴木 麻理絵		

