


























































4-Apr

Enjoy STUDIO Time Table

月 Manday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday	日 Sunday
10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:15	10:30-11:15	10:30-11:20	10:30-11:30
YOGA	HIP HOP	Pilates	ペルビック ストレッチ	STEP 初級	エアロ 初級	週替わり Premium
高橋 	内藤 	岩橋 	山崎 	吉原 	Drevolutions	
11:45-12:30	11:45-12:30	11:45-12:30	11:45-12:45	11:30-12:15	11:35-12:35	11:45-12:45
	エアロ 初級	エアロ 中級	YOGA	エアロ 初級	週替わり Premium (有料)	
A-SAH 	堀田 	岩橋 	花木 	吉原 		瀬際 
12:45-13:45	12:45-13:45	13:00-13:45	13:00-13:45	12:30-13:15	13:00-14:00	13:00-13:55
ZUMBA	Nnai Aloha		STEP 中級			
根本 	堀田 	山本 	和貝 	瀬際 	本間 	金田 
14:00-15:00	14:00-15:00	14:00-14:45	14:00-15:00	14:00-14:45	14:15-15:15	14:15-15:00
Balletone	YOGA (静)		背骨 コンディショニング	STEP 中級	ZUMBA	リズムヨガ
根本 	牧野 	瀬際 	瀬戸 	山口 	Comming soon	雄谷 
15:15-16:15	15:15-16:15			15:00-16:00	15:45-16:45	15:15-16:00
背骨 コンディショニング	YOGA (動) (有料)			エアロマニア 中級 (有料)		コンディショニング ステップ
瀬戸 	牧野 			山口 	金田 	雄谷 
19:30-20:20	19:30-20:30	19:30-20:15	19:30-20:30	19:30-20:15	Live60 Performance60 Premium60	
エアロ 初級	ZUMBA	Pilates				
生駒 	名倉 	山口 	尾鼻 	兵頭 		
20:35-21:20	20:45-21:45	20:30-21:15	20:45-21:45	20:30-21:30		
背骨 コンディショニング		STEP 中級				
生駒 	瀬際 	山口 	瀬際 	兵頭 		
21:35-22:20	22:00-22:30	21:30-22:15		21:45-22:15		
		エアロマニア中級 (有料) KIMAX ※隔週開催となります。				
山本 	金田 	山口/瀬際		兵頭 