工事期間中　タイムテーブル

月曜日　11月2日

Aスタジオ

- 9:20〜10:00/【40分】マットピラティス/真希　定員:37名
- 10:10〜10:50/【40分】歩きのｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/大石　定員:37名
- 11:00〜11:30/【30分】かんたんステップ/大石　定員:37名
- 11:40〜12:20/【40分】レギュラーエアロ/松本　定員:37名
- 12:30〜13:15/【45分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/山口　定員:37名
- 13:25〜14:10/【45分】ZUMBA/久田　定員:50名
- 14:25〜15:10/【45分】レギュラーステップ 市川明子　定員:37名
- 16:30〜18:30 ジュニア バレエ スクール
- 定員:37名
- 18:50〜19:20/【30分】脂肪燃焼キック＆パンチ/aiko
- 19:30〜20:15/【45分】MEGADANZ aiko　定員:37名
- 20:25〜21:05/【40分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ aiko　定員:37名

火曜日　11月3日

Aスタジオ

- 9:20〜10:05/【45分】オリジナルエアロ（上級）/石黒　定員:37名
- 10:15〜11:00/【45分】姿勢改善ｽﾄﾚｯﾁﾎﾟｰﾙ DEｴｸｻｻｲｽﾞ/石黒　定員:37名
- 11:10〜11:40/【30分】かんたんエアロ/伊藤ひろみ　定員:50名
- 11:50〜12:30/【40分】ヨガ/伊藤ひろみ　定員:37名
- 12:45〜13:25/【40分】バランスｺｰﾃﾞｨﾈｰｼｮﾝ 梅原　定員:37名
- 13:35〜14:20/【45分】レギュラーエアロ 市川明子　定員:37名
- 14:30〜15:10/【40分】芯（Shin）moveピラティス 市川　定員:37名

水曜日　11月4日

Aスタジオ

- 9:20〜10:05/【45分】SALSATION（ｻﾙｾｰｼｮﾝ） 奈実　定員:50名
- 10:15〜10:55/【40分】COREOROGY(ｺﾚｵﾛｼﾞｰ) 奈実　定員:50名
- 11:05〜11:45/【40分】リラックスヨーガ 小出　定員:37名
- 11:55〜12:40/【45分】SALSATION（ｻﾙｾｰｼｮﾝ） 小出　定員:50名
- 12:50〜13:10/【20分】かんたん身体づくりトレーニング/松本　定員:37名
- 13:20〜14:00/【40分】ボクシングエアロ/松本　定員:37名
- 14:15〜14:45/【30分】かんたんステップ/伊藤ひろみ　定員:37名
- 15:00〜15:40/【40分】ちびボールエクササイズ 伊藤ひろみ　定員:37名
- 18:20〜19:00/【40分】ヨガ/藤本　定員:37名
- 19:10〜19:40/【30分】FIGHT DO 田原　定員:37名
- 19:50〜20:30/【40分】レギュラーステップ/市川　定員:37名
- 20:40〜21:20/【40分】ヨガ/杉本　定員:37名

木曜日　11月5日

Aスタジオ

- 9:20〜10:00/【40分】マットピラティス/二三枝　定員:37名
- 10:10〜10:40/【30分】太極舞/二三枝　定員:50名
- 10:50〜11:20/【30分】ダンスティストエアロ/春菜　定員:37名
- 11:30〜12:10/【40分】レギュラーステップ/春菜　定員:37名
- 12:20〜12:50/【30分】かんたんエアロ/村松　定員:50名
- 13:00〜13:30/【30分】かんたんステップ/村松　定員:37名
- 13:40〜14:20/【40分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/新保　定員:37名
- 14:30〜15:10/【40分】太極拳/藤本　定員:50名
- 15:30〜18:30 ジュニア スポーツ スクール
- 18:50〜19:20/【30分】かんたんﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ＆ｽﾄﾚｯﾁ 唯夏子　定員:37名
- 19:30〜20:10/【40分】脂肪燃焼エアロ/唯夏子　定員:50名
- 20:20〜21:05/【45分】アイドルだんす♪/yuipan　定員:50名

金曜日　11月6日

Aスタジオ

- 9:20〜9:50/【30分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/aiko　定員:37名
- 10:00〜10:45/【45分】MEGADANZ aiko　定員:37名
- 10:55〜11:25/【30分】かんたんエアロ/唯夏子　定員:50名
- 11:35〜12:15/【40分】ヨガ/唯夏子　定員:37名
- 12:30〜13:15/【45分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 三浦　定員:37名
- 13:30〜14:10/【40分】マットピラティス 真希　定員:37名
- 14:20〜15:05/【45分】アイドルダンス/yuipan　定員:50名
- 15:20〜15:50/【30分】Big Jump 伊東　定員:37名
- 18:15〜18:55/【40分】UBOUND エレメント UBOUND RADICAL FITNESS 新保　定員:37名
- 19:15〜19:55/【40分】ZUMBA 新保　定員:50名
- 20:10〜20:40/【30分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/新保　定員:37名

土曜日　11月7日

Aスタジオ

- 10:00〜12:05 ジュニア スポーツ スクール
- 12:20〜13:05 流行（りゅうこう）ダンスレッスン URUCHI　定員:50名
- 13:20〜14:05 背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 唯夏子　定員:37名
- 14:30〜17:30 空手 ジュニア スクール

工事期間中　タイムテーブル

月曜日　11月9日

Aスタジオ

- 9:20〜10:00/【40分】歩きのｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 大石 定員:37名
- 10:10〜10:40【30分】かんたんステップ/大石 定員:37名
- 10:50〜11:30/【40分】FIGHT DO 田原 定員:37名
- 11:40〜12:20/【40分】レギュラーエアロ 松本 定員:37名
- 12:30〜13:15/【45分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 山口 定員:37名
- 13:25〜14:10/【45分】レギュラーステップ 市川明子 定員:37名
- 14:25〜15:05/【40分】芯（Shin）move ピラティス 定員:37名
- 16:30〜18:30 ジュニア バレエ スクール
- 18:45〜19:15/【30分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/aiko 定員:37名
- 19:25〜20:10/【45分】MEGADANZ aiko 定員:37名
- 20:20〜21:00/【40分】UBOUND エレメント UBOUND RADICAL FITNESS 福元 定員:37名

火曜日　11月10日

Aスタジオ

- 9:20〜10:00/【40分】ヨガ/伊藤ひろみ 定員:37名
- 10:10〜10:40/【30分】かんたんエアロ/伊藤ひろみ 定員:50名
- 10:50〜11:35/【45分】オリジナルエアロ（上級） 石黒 定員:37名
- 11:45〜12:30/【45分】姿勢改善ストレッチポール DEｴｸｻｻｲｽﾞ/石黒 定員:37名
- 12:45〜13:30/【45分】レギュラーエアロ 市川明子 定員:37名
- 13:40〜14:20/【40分】歩きのｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 大石 定員:37名
- 14:45〜16:00 ジャズダンス（基礎クラス） カルチャー 【有料レッスン】
- 18:15〜19:00/【45分】マットピラティス 小林愛 定員:37名
- 19:10〜19:50/【40分】オリジナルエアロ（上級） 平井 定員:37名
- 20:00〜20:30/【30分】UBOUND RADICAL FITNESS 平井 定員:37名
- 20:40〜21:20/【40分】ヨガ/唯夏子 定員:37名

水曜日　11月11日

Aスタジオ

- 9:20〜10:05/【45分】SALSATION（ｻﾙｾｰｼｮﾝ） 奈実 定員:50名
- 10:15〜10:55/【40分】COREOROGY(ｺﾚｵﾛｼﾞｰ) 奈実 定員:50名
- 11:05〜11:45/【40分】ジャズダンス(初級) 茜 定員:50名
- 11:55〜12:35/【40分】ダンスエアロ（中上級） 茜 定員:37名
- 12:45〜13:25/【40分】ユニバーサルヨガアース 小出 定員:37名
- 13:35〜14:20/【45分】SALSATION（ｻﾙｾｰｼｮﾝ） 小出 定員:50名
- 14:30〜15:00/【30分】かんたんステップ/伊藤ひろみ 定員:37名
- 15:15〜15:55/【40分】ちびボールエクササイズ 伊藤ひろみ 定員:37名
- 18:20〜19:00/【40分】ヨガ/藤本 定員:37名
- 19:10〜19:40/【30分】FIGHT DO 田原 定員:37名
- 19:50〜20:30/【40分】レギュラーステップ 市川 定員:37名
- 20:40〜21:20/【40分】ヨガ/杉本 定員:37名

木曜日　11月12日

Aスタジオ

- 9:20〜9:50/【30分】ダンステイストエアロ/春菜 定員:37名
- 10:00〜10:40/【40分】レギュラーステップ 春菜 定員:37名
- 11:00〜11:45/【45分】戸塚雅操体ヨーガ 三倉 定員:37名
- 11:55〜12:25/【30分】ひきしめ/山下湧大 定員:37名
- 12:40〜13:10/【30分】UNO jump /山下湧大 定員:37名
- 13:20〜14:05/【45分】ZUMBA SAYU 定員:50名
- 14:20〜15:00/【40分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 新保 定員:37名
- 15:30〜18:30 ジュニア スポーツ スクール
- 18:40〜19:10/【30分】リトモス/茜 定員:37名
- 19:20〜20:05/【45分】ダンスエアロ（中上級） 茜 定員:37名
- 20:15〜21:00/【45分】アイドルだんす♪ yuipan 定員:50名

金曜日　11月13日

Aスタジオ

- 9:20〜10:00/【40分】かんたんエアロ&ストレッチ 唯夏子 定員:50名
- 10:10〜10:55/【45分】MEGADANZ aiko 定員:37名
- 11:05〜11:35/【30分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/aiko 定員:37名
- 11:45〜12:15/【30分】ボルドブラ/平井 定員:37名
- 12:25〜13:05/【40分】オリジナルステップ（上級） 平井 定員:37名
- 13:20〜14:05/【45分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 三浦 定員:37名
- 14:20〜15:05/【45分】アイドルダンス yuipan 定員:50名
- 15:20〜15:50/【30分】UNO jump 伊東 定員:37名
- 18:15〜18:45/【30分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/新保 定員:37名
- 18:55〜19:35/【40分】ZUMBA 新保 定員:50名
- 19:45〜20:25/【40分】ヨガ/松下 定員:37名
- 20:35〜21:05/【30分】ヨガ/松下 定員:37名

土曜日　11月14日

Aスタジオ

- 10:00〜12:05 ジュニア スポーツ スクール
- 12:20〜13:05 流行（りゅうこう）ダンスレッスン URUCHI 定員:50名
- 13:20〜14:05 背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 唯夏子 定員:37名
- 14:30〜17:30 空手 ジュニア スクール

工事期間中　タイムテーブル

11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
9:20～10:00/【40分】 マットピラティス 真希 定員:37名	9:20～10:00/【40分】 かんたんエアロ/伊藤ひろみ 定員:50名	9:20～10:00/【40分】 リラックスヨーガ/小出 定員:37名	9:20～10:00/【40分】 マットピラティス 二三枝 定員:37名	9:20～9:50/【30分】 背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/aiko 定員:37名	
10:10～10:50/【40分】 歩きのｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 大石 定員:37名	10:10～10:40【30分】 ひきしめ/山下 定員:37名	10:10～10:55/【45分】 SALSATION(サルセーション) 小出 定員:50名	10:10～10:40/【30分】 太極舞/二三枝 定員:50名	10:00～10:45/【45分】 MEGADANZ aiko 定員:37名	10:20～11:00 レギュラーエアロ 古橋 定員:37名
11:00～11:30/【30分】 かんたんステップ/大石 定員:37名	10:50～11:35/【45分】 オリジナルエアロ(上級) 石黒 定員:37名	11:05～11:45/【40分】 ジャズダンス(初級) 茜 定員:50名	10:50～11:20/【30分】 ダンステイストエアロ/春菜 定員:37名	10:55～11:25/【30分】 かんたんエアロ/唯夏子 定員:50名	11:15～12:00 リトモス 古橋 定員:37名
11:40～12:20/【40分】 レギュラーエアロ 松本 定員:37名	11:45～12:30/【45分】 姿勢改善ｽﾄﾚｯﾁﾎﾟｰﾙ DEｴｸｻｻｲｽﾞ/石黒 定員:37名	11:55～12:35/【40分】 ダンスエアロ(中上級) 茜 定員:37名	11:30～12:10/【40分】 レギュラーステップ 春菜 定員:37名	11:35～12:15/【40分】 ヨガ/唯夏子 定員:37名	12:20～13:05 流行(りゅうこう)ダンスレッスン URUCHI 定員:50名
12:30～13:15/【45分】 背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 山口 定員:37名	12:45～13:30/【45分】 レギュラーエアロ 市川明子 定員:37名	12:50～13:10/【20分】 かんたん身体づくりトレーニング/松本 定員:37名	12:20～13:05/【45分】 戸塚雅操体ヨーガ 三倉 定員:37名	12:25～13:05/【40分】 ポルドブラ/平井 定員:37名	13:20～14:05 背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 唯夏子 定員:37名
13:25～14:10/【45分】 ZUMBA 久田 定員:50名	13:40～14:20/【40分】 芯(Shin)moveピラティス 市川 定員:37名	13:20～14:00/【40分】 ボクシングエアロ 松本 定員:37名	13:15～13:45/【30分】 かんたんエアロ/村松 定員:50名	13:20～14:05/【45分】 オリジナルステップ(上級) 平井 定員:37名	
14:25～15:10/【45分】 レギュラーステップ 市川明子 定員:37名	14:45～16:00 ジャズダンス (基礎クラス) カルチャー 【有料レッスン】	14:15～14:45/【30分】 かんたんステップ/伊藤ひろみ 定員:37名	13:55～14:25/【30分】 かんたんステップ/村松 定員:37名	14:20～15:05/【45分】 アイドルダンス yuipan 定員:50名	
		15:00～15:40/【40分】 ちびボールエクササイズ 伊藤ひろみ 定員:37名	14:35～15:15/【40分】 太極拳/藤本 定員:50名	15:20～15:50/【30分】 uno jump 尹東 定員:37名	
16:30～18:30 ジュニア バレエ スクール 定員:37名			15:30～18:30 ジュニア スポーツ スクール		14:30～17:30 空手 ジュニア スクール
18:50～19:20/【30分】 マットピラティス(初級)/福元 定員:37名	18:20～19:00/【40分】 ヨガ/唯夏子 定員:37名	18:20～18:50/【30分】 FIGHT DO 田原 定員:37名	18:40～19:10/【30分】 リトモス/茜 定員:37名	18:15～18:55/【40分】 UBOUND エレメント UBOUND 新保 定員:37名	
19:30～20:10/【40分】 UBOUND エレメント UBOUND 福元 定員:37名	19:15～20:00/【45分】 オリジナルエアロ(上級) 平井 定員:37名	19:00～19:40/【40分】 ヨガ/藤本 定員:37名	19:20～20:05/【45分】 ダンスエアロ(中上級) 茜 定員:37名	19:15～19:55/【40分】 ZUMBA/新保 定員:50名	
20:25～21:05/【40分】 マットピラティス(初級)/福元 定員:37名	20:15～21:00/【45分】 UBOUND 平井 定員:37名	19:50～20:30/【40分】 レギュラーステップ 市川 定員:37名	20:15～20:45/【30分】 脂肪燃焼エアロ/唯夏子 定員:50名	20:10～20:40/【30分】 背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/新保 定員:37名	
		20:40～21:20/【40分】 ヨガ/杉本 定員:37名	20:55～21:25/【30分】 ストレッチポール/唯夏子 定員:37名		

工事期間中　タイムテーブル

11月23日（月曜日）

Aスタジオ

- 9:20～10:00/【40分】マットピラティス 真希 定員:37名
- 10:10～10:50/【40分】歩きのｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 大石 定員:37名
- 11:00～11:30/【30分】かんたんステップ/大石 定員:37名
- 11:40～12:20/【40分】FIGHT DO 田原 定員:37名
- 12:30～13:15/【45分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 唯夏子 定員:37名
- 13:25～14:10/【45分】レギュラーステップ 市川明子 定員:37名
- 14:25～15:05/【40分】芯（Shin）moveピラティス 市川 定員:37名
- 16:30～18:30 ジュニア バレエ スクール

11月24日（火曜日）

Aスタジオ

- 9:30～10:10/【40分】ヨガ/伊藤ひろみ 定員:37名
- 10:20～11:00/【40分】かんたんエアロ/伊藤ひろみ 定員:50名
- 11:15～11:45/【30分】ひきしめ/山下湧大 定員:37名
- 12:00～12:30/【30分】UNO jump /山下湧大 定員:37名
- 12:45～13:25/【40分】バランスｺｰﾃﾞｨﾈｰｼｮﾝ 梅原 定員:37名
- 13:40～14:20/【40分】歩きのｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 大石 定員:37名
- 14:45～16:00 ジャズダンス（基礎クラス） カルチャー 【有料レッスン】
- 18:15～19:00/【45分】マットピラティス 小林愛 定員:37名
- 19:10～19:55/【45分】オリジナルエアロ（上級） 平井 定員:37名
- 20:05～20:45/【40分】ヨガ/唯夏子 定員:37名
- 20:55～21:15/【20分】ストレッチポール/唯夏子 定員:37名

11月25日（水曜日）

Aスタジオ

- 9:20～10:05/【45分】SALSATION（ｻﾙｾｰｼｮﾝ） 奈実 定員:50名
- 10:15～10:55/【40分】COREOROGY(ｺﾚｵﾛｼﾞｰ) 奈実 定員:50名
- 11:05～11:45/【40分】ジャズダンス(初級) 茜 定員:50名
- 11:55～12:35/【40分】ダンスエアロ（中上級） 茜 定員:37名
- 12:45～13:25/【40分】ユニバーサルヨガアース 小出 定員:37名
- 13:35～14:20/【45分】SALSATION（ｻﾙｾｰｼｮﾝ） 小出 定員:50名
- 14:30～15:00/【30分】かんたんステップ/伊藤ひろみ 定員:37名
- 15:15～15:55/【40分】ちびボールエクササイズ 伊藤ひろみ 定員:37名
- 18:20～19:00/【40分】ヨガ/藤本 定員:37名
- 19:10～19:40/【30分】FIGHT DO 原 定員:37名
- 19:50～20:30/【40分】レギュラーステップ 市川 定員:37名
- 20:40～21:20/【40分】ヨガ/杉本 定員:37名

11月26日（木曜日）

Aスタジオ

- 9:20～9:50/【30分】ダンステイストエアロ/春菜 定員:37名
- 10:00～10:40/【40分】レギュラーステップ 春菜 定員:37名
- 11:00～11:45/【45分】戸塚雅操体ヨーガ 三倉 定員:37名
- 12:00～12:30/【30分】かんたんエアロ/村松 定員:50名
- 12:40～13:10/【30分】かんたんステップ/村松 定員:37名
- 13:20～14:05/【45分】ZUMBA SAYU 定員:50名
- 14:20～15:00/【40分】太極拳/藤本 定員:50名
- 15:30～18:30 ジュニア スポーツ スクール
- 18:40～19:10/【30分】リトモス/茜 定員:37名
- 19:20～20:05/【45分】ダンスエアロ（中上級） 茜 定員:37名
- 20:15～21:00/【45分】アイドルだんす♪ yuipan 定員:50名

11月27日（金曜日）

Aスタジオ

- 9:20～10:00/【40分】かんたんエアロ&ストレッチ 唯夏子 定員:50名
- 10:10～10:55/【45分】MEGADANZ aiko 定員:37名
- 11:05～11:35/【30分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/aiko 定員:37名
- 11:45～12:25/【40分】ポルドブラ/平井 定員:37名
- 12:35～13:20/【45分】オリジナルステップ（上級） 平井 定員:37名
- 13:30～14:15/【45分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 三浦 定員:37名
- 14:25～15:05/【40分】マットピラティス 真希 定員:37名
- 15:20～15:50/【30分】UNO jump 伊東 定員:37名
- 18:15～18:45/【30分】ヨガ/松下 定員:37名
- 18:55～19:35/【40分】ヨガ/松下 定員:37名
- 19:45～20:25/【40分】ZUMBA 新保 定員:50名
- 20:35～21:05/【30分】背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ/新保 定員:37名

11月28日（土曜日）

Aスタジオ

- 10:20～11:00 レギュラーエアロ 古橋 定員:37名
- 11:15～12:00 リトモス 古橋 定員:37名
- 12:20～13:05 流行（りゅうこう）ダンスレッスン URUCHI 定員:50名
- 13:20～14:05 背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 唯夏子 定員:37名
- 14:30～17:30 空手 ジュニア スクール