

Dance Step スケジュール

2022/1/17

	月		火		水		木		金		土	
	3F	2F	3F	2F	3F	2F	3F	2F	3F	2F	3F	2F
10:00												10:00~11:20 コンディショニング ヨガ こちゃか
11:00					11:00~12:20 ジャズダンス初級 森田		11:30~12:50 ストレッチヨガ 長谷川					11:30~12:50 ハタヨガ こちゃか
12:00												
13:00					13:00~14:20 ジャズダンス 森田		13:00~14:20 シニアヨガ 長谷川		13:00~15:00 大人バレエ& 機能調整体幹 トレーニング 中谷			13:30~15:40 DS かわさき
14:00	14:00~15:20 第2・4のみ シニアヨガ 長谷川				14:30~15:50 リラックス ストレッチ 森田		14:30~15:50 ストレッチヨガ 長谷川					15:50~16:50 マスターストレッチ かわさき
15:00												
16:00	16:00~17:00 マスターストレッチ こちゃか											
17:00	17:00~18:00 キッズ MISUZU				17:00~18:00 バレエA 森田							17:00~19:00 DMP&ジャズ かわさき
18:00		17:40~19:00 コンディショニング ヨガ こちゃか	18:00~19:00 キッズ MISUZU		18:00~19:00 バレエB 森田		18:00~19:00 ヒップホップ初級 mei		18:45~20:45 大人バレエ& 機能調整体幹 トレーニング 中谷	17:40~19:00 ハタヨガ こちゃか		
19:00					19:00~20:20 バレエ エクササイズ 尾山		19:00~20:20 ジャズダンス かわさき					19:30~20:30 キッズ MISUZU
20:00	19:20~20:40 ハタヨガ こちゃか		20:00~21:00 フリースタイル 第3のみ NOBU		20:25~21:45 ジャズダンス 森田		20:30~21:30 ヒップホップ mei					
21:00												

★スケジュール等は変更になる場合がございますのでお気軽にお問い合わせください。

★クラスはすべて予約制となっています