

Dance Step スケジュール

2025/6/5

	月		火		水		木		金		土		日	
	3F	2F	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							11:30~12:50 ストレッチヨガ 長谷川				11:30~12:30 ピラティス &ストレッチ	11:30~12:50 ハタヨガ こちゃか	11:15~12:45 コンテンポラリー ワークショップ mizue	
12:00							13:00~14:20 シニアヨガ 長谷川				13:30~15:40 DS かわさき			
13:00							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		15:30~17:00 バレエ ワークショップ 水口	
14:00														
15:00					15:00~16:20 バレエ エクササイズ 森田									
16:00														
17:00	17:00~18:00 キッズダンス MISUZU				17:00~18:00 キッズバレエ 森田		18:00~19:00 キッズヒップホップ mei		18:00~19:20 ハタヨガ こちゃか		17:00~19:00 バレエピラティス &ジャズダンス かわさき			
18:00	18:00~19:20 コンディショニング ヨガ こちゃか		18:00~19:00 キッズ K-POP MISUZU		18:00~19:00 キッズジャズ 森田									
19:00						19:00~20:20 健康体操 尾山	19:00~20:20 ジャズダンス かわさき				19:15~20:15 キッズダンス MISUZU			
20:00	19:30~20:30 マスターストレッチ こちゃか		19:20~20:20 フリースタイル NOBU		19:30~20:50 ジャズダンス YUKO		20:30~21:30 ヒップホップ mei		19:30~20:30 マスターストレッチ こちゃか					
21:00			20:30~21:30 ロック&ソウル 第2・4 ゆーへい											

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



ヨガ・マスターストレッチクラスはすべて予約制となっています

