10:00 10			Dance Step 7/77 1/									2020, , , 10
10:00 1:00 1:00 1:00 1:00 1:00 1:00 1:0		月	火					金		土		
11:00 11:30-12:30 11:3		3F 2F	3F 2F	3F	2F	3F	2F	3F	2F	3F	2F	3F 2F
11:00 11:30-12:30 11:3	10:00										10:00~11:20	
11:00											コンディショニング	
11:30-12:50												
12:00 13:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13	11:00										こちゃか	
12:00 13:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13:00 14:00 13						11,20,.12,50				11.20 12.20	11.20 12.50	11.1512.45
13:00						11.30~12.30					11:30~12:50	
13:00 13:00 14:20 13:30 13:30 15:40 13:30 13	12:00					ストレッチヨガ					ハタヨガ	
13:00						車公川					こちゃか	
14:00												THIZUC
14:00	13:00					13:00~14:20						
15:00						シニアヨガ				13:30~15:40		
15:00 15:00~16:20 ストレッチョガ 長谷川 15:50~16:50 15:30~17:00 16:00 17:00~18:00 17:00~18:00 17:00~18:00 17:00~19:00 18:00~19:20 18:00~19:20 18:00~19:20 18:00~19:20 18:00~19:20 19:00~20:20 19:00~20:20 19:30~20:30 19:20~20:30 19:20~20:30 19:30~20	14:00					長谷川				DS		
16:00						14:30~15:50				かわさき		
16:00 17:00~18:00 17:00~18:00 17:00~18:00 17:00~18:00 18:00~19:00 18:00~19:20 18:00~19:20 19:00~20:20 19:30~20:30 19:20~20:20 19:30~20:30 19:30~20:30 19:30~20:30 19:30~20:30 20:30~21:30 19:00~20:50 19:0	15:00			15:00~16:20		ストレッチヨガ						
16:00						長谷川				15:50~16:50		15:30~17:00
17:00 17:00~18:00	16:00									マスターストレッチ		
17:00~18:00 キッズタンス MISUZU 18:00~19:00 キッズパレエ 森田 19:00~20:20 18:00~19:00 キッズドス 森田 19:00~20:20 19:00~20:20 19:00~20:20 19:30~20:30 19:30~20:30 19:20~20:30 アスターストレッチ ごちゃか 19:30~20:30 ロック&ソプル NOBU 20:30~21:30 ロック&ソプル 第2・4 ゆーヘい 第2・4 ゆーへい 第												
キッズダンス MISUZU 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00 19:00~20:20 19:00~20:20 19:00~20:20 19:00~20:20 19:00~20:20 19:00~20:30 19:30~20:3										かわさき		
18:00	17:00	17:00~18:00		17:00~18:00						17:00~19:00		
18:00 19:00												
コンディショニング												
19:00 25ゃか 19:20~20:20 19:00~20:20 19:00~20:20 19:30~20:30 19:20~20:20 19:30~20:30 19:20~20:20 19:30~20:30 大人バレエ マスターストレッチ できゃか 20:30~21:30 アリースタイル NOBU 20:30~21:30 ヒップホップ mei 19:20~20:30 19:30~20:30 19:30~20:30 19:30~20:30 19:30~20:30 19:30~20:30 19:30~20:30 19:30~20:30 19:30~20:30 大人バレエ マスターストレッチ mizue できゃか 19:30~20:30 インド・ファイターストレッチ mizue できゃか イ	18:00							18:00~19:20		かわさき		
19:00 ごちゃか								ハタヨガ				
19:30~20:30	10.55		MISUZU									
19:30~20:30	19:00	こちゃか			19:00~20:20	19:00~20:20		こちゃか				
20:00 マスターストレッチ こちゃか ブリースタイル NOBU ジャズダンス 尾山 かわさき 大人パレエ マスターストレッチ mizue ごちゃか 21:00 日ック&ソウル 第2・4 ゆーへい 第2・4 ゆーへい YUKO とップホップ mei				19:30~20:50	健康体操	ジャズダンス						
20:30~21:30	20:00			ジャズダンス	尾山	かわさき						
ロック&ソウル 第2・4 ゆーへい ヒップホップ mei	20.00	ころやか		-	, , , ,			mizue	こちゃか			
第2・4 ゆーへい mei mei				YUKO								
第2 ¹ 4 ゆーバい	21:00											
			- 第2*4 ゆーハい			mei						
フたごう 世等は亦声にもフ担合がブギいますので 中央の地域												

スケジュール等は変更になる場合がございますので **回** 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・大人バレエクラスは **回じる** すべて予約制となっています

