

Dance Step スケジュール

2026/7/1

	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			10:30~11:30 50歳からのダンス 第4 かわさき				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	11:00~12:20 コンテンポラリー ワークショップ 第1 mizue	
12:00							13:00~14:20 シニアヨガ 長谷川				13:30~15:40 DS かわさき		13:00~15:00 サンバイザーズ 第4 かわさき	
13:00					13:30~14:30 50歳からのダンス YUKO		14:30~15:50 ストレッチヨガ 長谷川							
14:00					15:00~16:20 バレエ エクササイズ 森田									
15:00														
16:00											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 第3 水口	
17:00	17:00~18:00 キッズダンス MISUZU				17:00~18:00 キッズバレエダンス 森田	17:00~18:20 健康体操					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	尾山	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					
19:00							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 第2・4 NOBU		19:30~20:50 ジャズダンス YUKO		20:30~21:30 ヒップホップ mei		19:30~20:50 プライベート mizue	19:30~20:30 マスターストレッチ こちゃか				
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



ヨガ・マスターストレッチ・大人バレエクラスは
すべて予約制となっています

