

# スタジオレッスン タイムスケジュール

TIME	月	火	水	木	金	土	
10:00		 女性トレーナー <b>CHIAKI</b> が 担当します	AMI YOGA (隔週水曜) 10:00-11:00 		女性ボディ メイク (第1.3.5) 10:00- 11:00	大人 【ナナラ】 初級ステップ (第2.4) 10:00- 11:00	女性 キックボクササイズ (第1・第3・第5) 10:00-11:00
11:00		女性ボディメイク 11:10-12:10			 女性トレーナー <b>CHIAKI</b> が 担当します	女性 キックボクササイズ (第1・第3・第5) 11:30-12:30	
12:00			女性ボディメイク 12:30-13:30				
13:00	女性ボディメイク 13:30-14:30				大人 【ココア】 初級ステップ 13:30-14:30		
14:00							
15:00	女性ボディメイク 15:00-16:00						
16:00	女性ボディメイク 16:30-17:30		女性ボディメイク 16:30-17:30	未就学児 【トウィンクル】 HIPHOP・ジャズ (第1.3.5) 16:00- 16:45			
17:00							
18:00	女性ボディメイク 18:00-19:00	女性ボディメイク 18:00-19:00	女性ボディメイク 18:00-19:00	小学生 【クッキー】 HIPHOP・ジャズ 18:10-19:10		未就学児 【フェアリー】 HIPHOP 17:45-18:30	
19:00							
20:00	女性ボディメイク (第1.3.5) 19:30-20:30	女性ボディメイク (※第3休み) 19:30-20:30	NANAMI YOGA (第2・第4) 19:30- 20:30	大人 【シュガー】 初級ステップ (第1.3.5) 19:30- 20:30	中学・高校生 【ハニー】 Girls・K-POP 19:30-20:30		
21:00	女性ボディメイク 21:00-22:00	女性ボディメイク 21:00-22:00	大人 【ショコラ】 Girls・HIPHOP・K-POP 20:45-22:00		大人 【クラウン】 HIPHOP・ジャズ 20:45-22:00		