

スタジオレッスン

8月

日	曜日	8.5	9	9.5	10	10.5	11	11.5	12	12.5	13	13.5	14	14.5	15	15.5	16	16.5	17	17.5	18	18.5	19	19.5	20	20.5	21	21.5	22				
1	木				ベーシックフラ 10-11 名嘉真		SALSATION® 11:15-12:15 JUJU				バーチャルレッスン									VRミトランポリン 17:30-18:30				全身運動アニマルフロー 19-20 RENA		ZUMBA 20:15-21:15 Hitomi							
2	金				はじめてのヨガ 10-11 石井		フラダンス 11:15-12:15 目瀬				バーチャルレッスン									VRミトランポリン 17:30-18:30													
3	土																				JAZZFUNK (初級) 18-19 YUI					琉球舞踊(初級) 20-21 夙カド 恵		琉球舞踊(中級) 21-22 夙カド 恵					
4	日						キッズダンススクール 11:00~12:45 Mitsu				子供バレエ教室 13:00-13:50		大人バレエ教室 14-15													リラックスヨガ~快眠~ 20:15-21:15 CHIE							
5	月	休館日																															
6	火				アロマヨガ 10-11 飯星		ZUMBA 11:15-12:15 Naoko				バーチャルレッスン						子供フラダンス 16-17 名嘉真				VRミトランポリン 17:30-18:30												
7	水				ピラティス 10-11 赤嶺		ひざ痛改善体操 11:15-12:15 赤嶺				バーチャルレッスン																						
8	木				ベーシックフラ 10-11 名嘉真		SALSATION® 11:15-12:15 JUJU				バーチャルレッスン										VRミトランポリン 17:30-18:30				全身運動アニマルフロー 19-20 RENA		ZUMBA 20:15-21:15 Hitomi						
9	金				はじめてのヨガ 10-11 石井		フラダンス 11:15-12:15 目瀬				バーチャルレッスン										VRミトランポリン 17:30-18:30												
10	土																				JAZZFUNK 18-19 YUI					琉球舞踊(初級) 20-21 夙カド 恵		琉球舞踊(中級) 21-22 夙カド 恵					
11	日						キッズダンススクール 11:00~12:45 Mitsu				子供バレエ教室 13:00-13:50		大人バレエ教室 14-15													リラックスヨガ~快眠~ 20:15-21:15 CHIE							
12	月	休館日																															
13	火						ZUMBA 11:15-12:15 Naoko				バーチャルレッスン										VRミトランポリン 17:30-18:30												
14	水				ピラティス 10-11 赤嶺		ひざ痛改善体操 11:15-12:15 赤嶺				バーチャルレッスン																	JAZZFUNK(中級) 20:15-21:45 YUI					
15	木				ベーシックフラ 10-11 名嘉真		SALSATION® 11:15-12:15 JUJU				バーチャルレッスン										VRミトランポリン 17:30-18:30				全身運動アニマルフロー 19-20 RENA		ZUMBA 20:15-21:15 Hitomi						
16	金				はじめてのヨガ 10-11 石井		フラダンス 11:15-12:15 目瀬				バーチャルレッスン										VRミトランポリン 17:30-18:30												
17	土																																
18	日						キッズダンススクール 11:00~12:45 Mitsu				子供バレエ教室 13:00-13:50		大人バレエ教室 14-15													リラックスヨガ~快眠~ 20:15-21:15 CHIE							
19	月	休館日																															
20	火						ZUMBA 11:15-12:15 Naoko				バーチャルレッスン						子供フラダンス 16-17 名嘉真				VRミトランポリン 17:30-18:30												
21	水				リラックスヨガ 10-11 CHIE		With ベビーヨガ 11:15-12:15 CHIE				バーチャルレッスン																						
22	木				ベーシックフラ 10-11 名嘉真		SALSATION® 11:15-12:15 JUJU				バーチャルレッスン										VRミトランポリン 17:30-18:30				全身運動アニマルフロー 19-20 RENA		ZUMBA 20:15-21:15 Hitomi						
23	金				はじめてのヨガ 10-11 石井		フラダンス 11:15-12:15 目瀬				バーチャルレッスン										VRミトランポリン 17:30-18:30												
24	土																				JAZZFUNK 18-19 YUI					琉球舞踊(初級) 20-21 夙カド 恵		琉球舞踊(中級) 21-22 夙カド 恵					
25	日						OVER50ダンス 11-11:45 Mitsu				子供バレエ教室 13:00-13:50		大人バレエ教室 14-15													リラックスヨガ~快眠~ 20:15-21:15 CHIE							
26	月	休館日																															
27	火				アロマヨガ 10-11 飯星		ZUMBA 11:15-12:15 Naoko				バーチャルレッスン						子供フラダンス 16-17 名嘉真				VRミトランポリン 17:30-18:30												
28	水				ピラティス 10-11 赤嶺		ひざ痛改善体操 11:15-12:15 赤嶺				バーチャルレッスン																	JAZZFUNK(中級) 20:15-21:45 YUI					
29	木				ベーシックフラ 10-11 名嘉真		SALSATION® 11:15-12:15 JUJU				バーチャルレッスン										VRミトランポリン 17:30-18:30				全身運動アニマルフロー 19-20 RENA		ZUMBA 20:15-21:15 Hitomi						
30	金				リラックスヨガ 10-11 CHIE		With ベビーヨガ 11:15-12:15 CHIE				バーチャルレッスン										VRミトランポリン 17:30-18:30												
31	土																				JAZZFUNK 18-19 YUI					琉球舞踊(初級) 20-21 夙カド 恵		琉球舞踊(中級) 21-22 夙カド 恵					