スタジオレッスン

1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	水	休館日																											
2	木	休館日																											
3	金	休館日																											
4	土	休館日																											
5	日										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				
6	月	休館日																											
7	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　名嘉眞			VRミニトランポリン 17：30-18：30									
8	水				ピラティス 10-11 赤嶺		ひざ痛改善体操 11：15-12：15　赤嶺			リラックスヨガ 12:30-13:30　CHIE	バーチャルレッスン														ＪＡＺＺＦＵＮＫ(中級) 20:15-21:45 ＹＵＩ				
9	木				ベーシックフラ 10-11 名嘉眞		ＳＡＬＳＡＴＩＯＮ® 11：15-12：15　JUJU				バーチャルレッスン						ディスコ ダンス エクササイズ 16-17　上原			VRミニトランポリン 17：30-18：30			全身運動アニマルフロー 19-20　RENA						
10	金				はじめてのヨガ 10-11　石井		Withベビーヨガ 11：15-12：15　CHIE				バーチャルレッスン									VRミニトランポリン 17：30-18：30									
11	土																				ＪＡＺＺＦＵＮＫ 18-19 ＹＵＩ				琉球舞踊(初級) 20-21 ﾒﾙｶｰﾄﾞ恵		琉球舞踊(中級) 21-22 ﾒﾙｶｰﾄﾞ恵		
12	日										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				
13	月	休館日																											
14	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　名嘉眞			VRミニトランポリン 17：30-18：30									
15	水				ピラティス 10-11 赤嶺		ひざ痛改善体操 11：15-12：15　赤嶺			リラックスヨガ 12:30-13:30　CHIE	バーチャルレッスン																		
16	木				ベーシックフラ 10-11 名嘉眞		ＳＡＬＳＡＴＩＯＮ® 11：15-12：15　JUJU				バーチャルレッスン						ディスコ ダンス エクササイズ 16-17　上原			VRミニトランポリン 17：30-18：30			全身運動アニマルフロー 19-20　RENA		ZUMBA 20：15-21：15　Hitomi				
17	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ミニトランポリン 17：30-18：30									
18	土																								琉球舞踊(初級) 20-21 ﾒﾙｶｰﾄﾞ恵		琉球舞踊(中級) 21-22 ﾒﾙｶｰﾄﾞ恵		
19	日						キッズダンス 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				
20	月	休館日																											
21	火	休館日																											
22	水	休館日																											
23	木	休館日																											
24	金				はじめてのヨガ 10-11　石井		フラダンス 11：15-12：15　目瀬			Withベビーヨガ 12:30-13:30　CHIE	バーチャルレッスン									VRミニトランポリン 17：30-18：30									
25	土																				ＪＡＺＺＦＵＮＫ 18-19 ＹＵＩ								
26	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				
27	月	休館日																											
28	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　名嘉眞			VRミニトランポリン 17：30-18：30									
29	水				ピラティス 10-11 赤嶺		ひざ痛改善体操 11：15-12：15　赤嶺				北谷町役場														ＪＡＺＺＦＵＮＫ(中級) 20:15-21:45 ＹＵＩ				
30	木				ベーシックフラ 10-11 名嘉眞		ＳＡＬＳＡＴＩＯＮ® 11：15-12：15　JUJU				バーチャルレッスン						ディスコ ダンス エクササイズ 16-17　上原			VRミニトランポリン 17：30-18：30			全身運動アニマルフロー 19-20　RENA		ZUMBA 20：15-21：15　Hitomi				
31	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ミニトランポリン 17：30-18：30									