

スタジオレッスン

6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	日										基礎/バレエ教室 13:00-13:50 肥後		応用/バレエ教室 14:00-15:00 肥後																
2	月	休館日																											
3	火				アロマヨガ 10：00-11：00 飯星		ZUMBA 11：15-12：15 Naoko										子供フラダンス 16-17 名嘉真												
4	水				ピラティス 10：00-11：00 赤嶺		ひざ痛改善体操 11：15-12：15 赤嶺																						
5	木				ベーシックフラ 10：00-11：00 名嘉真		S A L S A T I O N® 11：15-12：15 JUJU										ディスコ ダンス エクササイズ 16：00-17：00 上原						全身運動アニマルフロー 19：00-20：00 RENA		ZUMBA 20：15-21：15 Hitomi				
6	金				はじめてのヨガ 10:00-11:00 石井		フラダンス 11：15-12：15 目瀬																						
7	土																									琉球舞踊(初級) 20-21 ｽｶｰﾄﾞ`恵		琉球舞踊(中級) 21-22 ｽｶｰﾄﾞ`恵	
8	日						キッズダンス 11-11：45 Mitsu					基礎/バレエ教室 13:00-13:50 肥後		応用/バレエ教室 14:00-15:00 肥後											リラックスヨガ～快眠～ 20:15-21:15 CHIE				
9	月	休館日																											
10	火				アロマヨガ 10：00-11：00 飯星		ZUMBA 11：15-12：15 Naoko											子供フラダンス 16-17 名嘉真											
11	水				リラックスヨガ 10：00-11：00		Withベビーヨガ 11：15-12:15 CHIE																						
12	木				ベーシックフラ 10：00-11：00 名嘉真		S A L S A T I O N® 11：15-12：15 JUJU											ディスコ ダンス エクササイズ 16：00-17：00 上原						全身運動アニマルフロー 19：00-20：00 RENA		ZUMBA 20：15-21：15 Hitomi			
13	金				はじめてのヨガ 10：00-11：00 石井		フラダンス 11：15-12：15 目瀬																						
14	土																												
15	日						OVER50ダンス 11:00-11:45 Mitsu					基礎/バレエ教室 13:00-13:50 肥後		応用/バレエ教室 14:00-15:00 肥後											リラックスヨガ～快眠～ 20:15-21:15 CHIE				
16	月	休館日																											
17	火				ピラティス 10：00-11：00 赤嶺		ZUMBA 11：15-12：15 Naoko											子供フラダンス 16-17 名嘉真											
18	水				ピラティス 10：00-11：00 赤嶺		ひざ痛改善体操 11：15-12：15 赤嶺																						
19	木				ベーシックフラ 10：00-11：00 名嘉真		S A L S A T I O N® 11：15-12：15 JUJU											ディスコ ダンス エクササイズ 16：00-17：00 上原						全身運動アニマルフロー 19：00-20：00 RENA		ZUMBA 20：15-21：15 Hitomi			
20	金				はじめてのヨガ 10：00-11：00 石井		フラダンス 11：15-12：15 目瀬			健康体操教室 12：30-13：30 CHIE																			
21	土																									琉球舞踊(初級) 20-21 ｽｶｰﾄﾞ`恵		琉球舞踊(中級) 21-22 ｽｶｰﾄﾞ`恵	
22	日																									リラックスヨガ～快眠～ 20:15-21:15 CHIE			
23	月	休館日																											
24	火				アロマヨガ 10:00-11:00 飯星		ZUMBA 11：15-12：15 Naoko											子供フラダンス 16-17 名嘉真											
25	水				ピラティス 10:00-11:00 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		Withベビーヨガ 13:45-14:45 CHIE																	
26	木				ベーシックフラ 10：00-11：00 名嘉真		S A L S A T I O N® 11：15-12：15 JUJU																全身運動アニマルフロー 19：00-20：00 RENA		ZUMBA 20：15-21：15 Hitomi				
27	金				はじめてのヨガ 10:00-11:00 石井		フラダンス 11：15-12：15 目瀬			健康体操教室 12：30-13：30 CHIE																			
28	土																									琉球舞踊(初級) 20-21 ｽｶｰﾄﾞ`恵		琉球舞踊(中級) 21-22 ｽｶｰﾄﾞ`恵	
29	日										基礎/バレエ教室 13:00-13:50 肥後		応用/バレエ教室 14：00-15：00 肥後													リラックスヨガ～快眠～ 20:15-21:15 CHIE			
30	月	休館日																											