

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		SALSATION® 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																														
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														琉球舞踊(初級) 20-21 夙カド恵	琉球舞踊(中級) 21-22 夙カド恵			
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ペーヨーガ 11:15-12:15 CHIE																								
12	木				ベーシックフラ 10:00-11:00 名嘉真		SALSATION® 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		SALSATION® 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																														
22	日																										琉球舞踊(初級) 20-21 夙カド恵	琉球舞踊(中級) 21-22 夙カド恵			
23	月	休館日																													
24	火				アロマヨガ 10:00-11:00 飯星		ZUMBA 11:15-12:15 Naoko																								
25	水				モビバンボディメイク 10:00-11:00 島袋		リフレッシュボクシング 11:15-12:15 島袋		リラックスヨガ 12:30-13:30 CHIE		Withペーヨーガ 13:45-14:45 CHIE																				
26	木				ベーシックフラ 10:00-11:00 名嘉真		SALSATION® 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																														
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														琉球舞踊(初級) 20-21 夙カド恵	琉球舞踊(中級) 21-22 夙カド恵			
30	月	休館日																													