

10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00
月	火	水	木	金	土	日							
			10:00-11:00 (60) ハンモックストレッチ KAORI										
			木曜日は エステday										
			13:00-13:45 (45) ハンモックトレーニング ISSEY	12:30-13:00 (30) エアロ初級 ISSEY	13:00-13:45 (45) ハンモックトレーニング ISSEY	13:00-14:00 (60) ポールスポート初級 chou chou							
			14:00-15:00 (60) コアエアロB ISSEY	13:15-14:00 (45) 骨盤ストレッチ ISSEY	14:00-15:00 (60) コアエアロA ISSEY	14:15-15:00 (45) キッズポール chou chou							
			14:45-15:15 (30) ポディメイクンゾグISSEY	14:15-15:15 (60) ポールダンス初級 AYA	14:00-15:00 (60) コアエアロB ISSEY	15:15-16:00 (45) キッズダンス ※5月より							
			15:15-16:00 (45) ZUMBA Chie	15:30-16:45 (75) 第1・第3 SAERA SAERA style (ST初級) 第2・第4 Suu エアリアルストレッチ	15:15-16:15 (60) ポールスポート初級 ISSEY								
			16:15-16:45 (30) エアロ初級 ISSEY	15:30-16:45 (75) クラダンス kyoko	16:30-17:15 (45) キッズポール Dream								
			17:00-18:00 (60) ポールスポート初級 ISSEY	17:00-18:15 (75) ポールトリック ISSEY	17:30-18:30 (60) ポールスポート初級 Dream								
			18:30-19:30 (60) スピニングポール初級 Aco	18:30-19:30 (60) 大人のやさしいバレエ SAWAKU	18:45-20:00 (75) ポールトリック ISSEY								
			19:45-21:00 (75) Aco style (SP) Aco	19:45-20:45 (60) コアエアロB ISSEY									
			21:15-22:15 (60) Acrodance YURA 月2回	21:00-22:00 (60) ポールスポート初級 ISSEY									
			21:00-22:15 (75) ポールトリック Dream										
			19:45-20:30 (45) チャーキットエアロ ISSEY										
			18:30-19:30 (60) ジャズダンス ROBIN										
			19:45-21:00 (75) ROBIN style (SP) ROBIN										
			21:15-22:30 (75) エアリアルシルク KAORI										
			19:00-20:00 (60) ポールダンス初級 AYA	19:00-19:15 (45) 骨盤ストレッチ ISSEY									
			19:00-20:00 (60) ポディメイクンゾグ ISSEY										
			21:15-22:15 (60) ハンモックストレッチ KAORI										