

A. P. Studios 5月

第1スタジオ(1F)・第2スタジオ(2F)

■ はカルチャークラス

月		火		水		木		金		土	
1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
やさしい ヨガ ふみ 10:30~11:30		ルーシー ダットン (タイ式ヨガ) 藤原 愛 10:15~11:10		ハッスル エアロ 佐藤美生 10:30~11:30		ファンキー エアロ たかひろ 10:15~10:50	お子様 お預かり 1人200円	脂肪燃焼 エアロ 新聞康子 10:15~11:10		ビューティ ヨガ ようこ 10:40~11:40	やさしい 太極拳 千葉 陽子 10:30~11:30
		ハタフロー ヨガ ふみ 11:30~12:25		きれいになる ヨガ ゆみ 12:00~13:00		キュート ヨガ たかひろ 11:05~11:50	お子様 お預かり 1人200円	ビューティ バレエ 平沢バレエ 11:40~12:40		クラシック バレエ (大人) 平沢バレエ 12:15~13:25	ZUMBA さとし 11:55~12:45
		ミセスの クラシック バレエ 平沢バレエ 12:45~13:55		爽やか 気功体操 千葉陽子 13:30~14:30						クラシック バレエ (4才~8才) 平沢バレエ 13:30~14:30	
						アイドル ジャズダンス (4才~8才) YO-KO 16:10~17:05		アイドル ヒップホップ (4才~8才) MEGUMI 16:10~17:10		クラシック バレエ (6才~12才) 平沢バレエ 13:30~14:50	
キッズ空手 武嶋栄次 17:10~18:35		キッズ ヒップホップ (6才~12才) Yuna 17:40~18:40				キッズ空手 初級 武嶋栄次 17:25~18:25		キッズ ヒップホップ (6才~12才) YO-KO 17:30~18:30		キッズ ヒップホップ (6才~12才) MEGUMI 15:10~16:10	
スタイル HIP HOP MEGUMI 18:50~19:50	ティープ リラックスヨガ ようこ 19:00~19:55	ルーシー ダットン (タイ式ヨガ) 飯塚弥生 19:00~19:55		クレンジング ヨガ ようこ 19:00~19:55	Girls スタイル MEGUMI 18:45~19:45	30代への HIP HOP YO-KO 19:15~20:00	ヴィンヤサ フロアヨガ たかひろ 19:00~19:55	入門 HIPHOP Yuna 19:00~19:55		ルーシー ダットン (タイ式ヨガ) ゆみ 16:30~17:20	
入門 HIPHOP Nobuaki 20:10~21:10	たのしい エアロ 相澤さとみ 20:10~21:05	キック ボクシング 森田洋子 20:20~21:20		HIPHOP JAZZ Yuna 20:10~21:25		STREET JAZZ KASAMA 20:10~21:25	ナイトリラックス ヨガ ようこ 20:20~21:15	初級 HIP HOP YO-KO 20:10~21:25	クラシック バレエ (大人) 平沢バレエ 20:20~21:30		
								ナチュラル ヨガ ゆみ 21:35~22:25			