

# 12/28(月)～12/30(水) Styleスタジオスケジュール

	12/28月		12/29火		12/30水		12/31(木)～3(日)	
10:00		オンライン		オンライン		オンライン	<h1>休館日</h1>	
	モーニングピラティス 笹川裕美子	モーニングピラティス 笹川裕美子	やさしいヨガ aya	やさしいヨガ aya	ピラティス 笹川裕美子	ピラティス 笹川裕美子		
11:00	10:15-11:00	10:15-11:00	10:15-11:00	10:15-11:00	10:15-11:00	10:15-11:00		
			やさしいピラティス aya	やさしいピラティス aya	フラダンス Hideko Anuhea Sano	フラダンス Hideko Anuhea Sano		
12:00			11:15-12:00	11:15-12:00	11:15-12:00	11:15-12:00		
	ラテンシェイプ 井手雅子	ラテンシェイプ 井手雅子			コピ☆ダン!! 田中樹里 <b>NEW!</b>			
13:00	12:15-13:00	12:15-13:00			12:15-12:45			
	血流ヨガ 井手雅子	血流ヨガ 井手雅子	ミニボールセラピー 神林 杏奈	ミニボールセラピー 神林 杏奈				
14:00	13:15-14:00	13:15-14:00	13:00-13:45	13:00-13:45				
	ウエストシェイプMORE 青木和也	ウエストシェイプMORE 青木和也	FANFAN体操 田中 樹里	FANFAN体操 田中 樹里				
15:00	14:15-15:00	14:15-15:00	14:00-14:15	14:00-14:15				
	かんたんジャズダンス 田中樹里	かんたんジャズダンス 田中樹里	脳トレラダー 青木和也					
16:00	15:15-16:00	15:15-16:00	14:30-15:15					
			スーパーアニマルEX 青木 和也	スーパーアニマルEX 青木 和也				
17:00			15:30-16:15	15:30-16:15				
	プロジェクターレッスン							
18:00	ゆったリストレッチ 田中樹里		エンジョイエアロ 神林 杏奈					
	18:15-18:45		18:00-18:45					
19:00	パワーヨガ 木内啓介	パワーヨガ 木内啓介	スーパー☆ウエストシェイプ 青木 和也	スーパー☆ウエストシェイプ 青木 和也				
	19:00～19:45	19:00～19:45	19:00-19:45	19:00-19:45				
20:00			リラックスナイトヨガ 篤川奈津子	リラックスナイトヨガ 篤川奈津子				
			20:00-20:45	20:00-20:45				
21:00								
22:00								

オンライン以外のプログラムの定員は7名とさせていただきます。

スタジオレッスンは事前予約制といたします。各プログラム開始日前日よりTELにて受付いたします。

予約受付時間 10:00-20:00

ご不明点等ございましたら、お問い合わせください。

TEL 042-983-9000

※ジャズダンス・ラテンシェイプ・タヒチアンダンス・ベリーダンス  
上記のレッスンにつきましては  
オンラインのレッスン画面に映りますので、ご理解・ご了承の上、ご参加ください。