

スタジオタイムスケジュール

2018年 4月

※期間内でも通時変更する場合がございます。

時間	月		火		水		木		金		土		日	
	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2
OPEN 9:30				担当変更			5名限定		時間変更				5名限定	
10:00														
10:30	10:00~11:00 骨盤ヨガ Ami 【25名】	10:15~11:00 フットセラピー& ボディシェイプ45 近藤純子 【15名】	10:00~11:00 ピラティス 河村美千江 【25名】	10:15~10:45 アクティブストレッチ30 太田興 【15名】	10:00~10:45 バレトン ゆうみ 【30名】	10:00~11:00 陰ヨガ 勝川美紀 【15名】	10:00~10:30 semi-personal VIPR 露久保潤	10:00~10:45 体調改善エクササイズ 小橋かおり 【25名】	10:15~11:00 美BODY WORKOUT YUKIKO 【25名】	10:00~11:00 スタンダードヨガ 武田みどり 【15名】			10:15~10:45 semi-personal VIPR 露久保潤	10:15~11:15 アロマヨガ 勝川美紀 【15名】
11:00														
11:30	11:15~12:15 ピラティス 山内幸子 【25名】	11:15~12:00 かんたんエアロ &ストレッチ 近藤純子 【20名】	11:15~12:00 GROUP POWER45 露久保潤 【23名】	11:15~12:00 高齢者スクール 沼本佳子	11:00~11:45 ベリーダンス ピギナー ゆうみ 【30名】		11:00~12:00 GROUP CENTERGY 露久保潤 【25名】	11:00~11:45 筋トレ スタンダード 井上啓貴 【15名】	11:20~12:05 GROUP groove45 YUKIKO 【30名】	11:15~12:00 かんたんエアロ& マットエクササイズ 渡部和江 【20名】	11:00~11:45 バレトン (Standing Flow) 西村裕子 【30名】		11:15~12:15 MEGA DANZ YUKIKO 【30名】	
12:00				担当変更				時間変更						
12:30			12:15~13:00 GROUP FIGHT45 井上啓貴 【30名】		12:00~12:45 BAILA BAILA 西村裕子 【30名】		12:15~13:00 バレトン 栗山智光 【30名】			12:30~13:15 ZUMBA RIEKO 【30名】		12:00~12:45 BAILA BAILA 西村裕子 【30名】		
13:00	12:30~13:15 カーディオキック NAO 【30名】													
13:30			13:15~14:00 ダンスエアロ YUKIKO 【30名】		13:00~13:45 RITMOS45 坂田浩子 【30名】		13:15~14:00 VIPR+ 露久保潤 【10名】			13:30~14:30 リラックスヨガ 松下京美 【25名】		13:00~14:00 RITMOS 栗山智光 【30名】		12:45~13:45 バラエティーレッスン 【25~30名】
14:00	13:30~14:30 GROUP CENTERGY 露久保潤 【25名】													
14:30			14:15~15:00 初級エアロ 中川美津子 【30名】		14:00~14:45 コロオMIX NAO 【30名】		14:15~15:00 ZUMBA YUKIKO 【30名】							
15:00	14:45~15:30 リンパトリートメント NAO 【30名】	内容変更		14:30~16:00 太極拳 スクール 杉村順子 *体験可 詳しくはスタッフまで		14:30~15:15 筋トレスタンダード 井上啓貴 【15名】						14:15~15:15 姿勢改善 エクササイズ 山崎謙介 【25名】	14:30~15:00 ストレッチ30 井上啓貴 【15名】	14:00~15:00 美ヨガ 都美香 【25名】
15:30			15:30~16:00 KIDS DANCEスクール (幼児)沼本佳子		15:00~15:45 GROUP groove 山崎陽子 【30名】		15:15~16:00 HIP HOP YUKIKO 【30名】	15:30~16:30 美ヨガ (女性限定) 都美香 【15名】		14:45~15:45 やさしいピラティス YUKIKO 【6名】 詳しくはスタッフまで。		15:30~16:15 GROUP POWER45 井上啓貴 【23名】	15:15~16:00 GROUP POWER45 露久保潤 【23名】	15:15~16:00 バレトン 吉満博子 【25名】
16:00	15:45~16:45 からだバー NAO 【10名】													
16:30										16:15~17:05 キッズ/バレエ スクール 岡田 咲 ※年少~小学校低学		16:30~17:30 フラダンス 【スクール】 橋口恵子・絵美 *体験可 詳しくはスタッフまで。		16:30~17:30 フラダンス 【スクール】 橋口恵子・絵美 *体験可 詳しくはスタッフまで。
17:00	10名限定!									17:00~17:45 KIDS DANCEスクール ※小学校低学年クラス YUKIKO		16:35~17:20 GROUP FIGHT45 井上啓貴 【30名】	担当・時間 変更	月3回
17:30														
18:00														
18:30										18:15~19:00 パワーヨガ 太田興 【25名】				
CLOSE 19:00														

【semi-personal VIPR】 別料金+1,000円(税込)/回で承ります。(現金のみ)
 新規・変更箇所
 スクール

【やさしいピラティス】 別料金+24,000円(税込)/3ヶ月(現金のみ)



〒466-0842
名古屋市中区榑浜通5丁目26番地

メディカルいつき5F
TEL (052)831-5001