RADICAL VIRTUAL

【　東松山店レッスンスケジュール①　】

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
0:00	00:00～00:30 UBOUND トランポリン	0:00~0:30 X55 ステップ台	00:00～00:30 UBOUND トランポリン	00:00～00:30 X55 ステップ台	00:00～00:30 UBOUND トランポリン	00:00～00:30 FIGHT DO キックボクシング	00:00～00:30 YOGA ヨガ
1:00	1:00～1:30 FIGHT DO キックボクシング	1:00～1:30 X55 ステップ台	1:00～1:30 FIGHT DO キックボクシング	1:00～1:30 X55 ステップ台	1:00～1:30 X55 ステップ台	1:00～1:30 X55 ステップ台	1:00~1:30 UBOUND トランポリン
2:00	2:00～2:30 ELEVEN 究極HIIT	2:00～2:30 FIGHT DO キックボクシング	2:00～2:30 UBOUND トランポリン	2:00～2:30 HYPER C コアHIIT	2:00～2:30 ELEVEN 究極HIIT	2:00～2:30 YOGA ヨガ	2:00～2:30 FIGHT DO キックボクシング
3:00	3:00～3:30 YOGA ヨガ	3:00～3:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	3:00～3:30 FIGHT DO キックボクシング	3:00～3:30 YOGA ヨガ	3:00～3:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	3:00～3:30 ELEVEN 究極HIIT	3:00～3:30 ELEVEN 究極HIIT
4:00	4:00～4:30 FIGHT DO キックボクシング	4:00～4:30 ELEVEN 究極HIIT	4:00～4:30 ELEVEN 究極HIIT	4:00～4:30 AERO エアロビクス	4:00～4:30 HYPER C コアHIIT	4:00～4:30 FIGHT DO キックボクシング	4:00～4:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
5:00	5:00～5:30 UBOUND トランポリン	5:00～5:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	5:00～5:30 YOGA ヨガ	5:00～5:30 ELEVEN 究極HIIT	5:00～5:30 UBOUND トランポリン	5:00～5:30 UBOUND トランポリン	5:00～5:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
6:00	6:00～6:30 YOGA ヨガ	6:00～6:30 FIGHT DO キックボクシング	6:00～6:30 AERO エアロビクス	6:00～6:30 YOGA ヨガ	6:00～6:30 YOGA ヨガ	6:00～6:30 YOGA ヨガ	6:00～6:30 YOGA ヨガ
7:00	7:00～7:30 AERO エアロビクス	7:00～7:30 AERO エアロビクス	7:00～7:30 X55 ステップ台	7:00～7:30 X55 ステップ台	7:00～7:30 X55 ステップ台	7:00～7:30 UBOUND トランポリン	7:00～7:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
8:00	8:00～8:30 FIGHT DO キックボクシング	8:00～8:30 FIGHT DO キックボクシング	8:00～8:30 YOGA ヨガ	8:00～8:30 X55 ステップ台	8:00～8:30 FIGHT DO キックボクシング	8:00～8:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	8:00～8:30 YOGA ヨガ
9:00	9:00~9:30 UBOUND トランポリン	9:00~9:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	9:00~9:30 UBOUND トランポリン	9:00~9:30 UBOUND トランポリン	9:00~9:30 UBOUND トランポリン	9:00~9:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00~9:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
10:00	10:00~10:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	10:00~10:30 FIGHT DO キックボクシング	10:00~10:30 FIGHT DO キックボクシング	10:00~10:30 UBOUND トランポリン	10:00~10:30 UBOUND トランポリン	10:00~10:30 FIGHT DO キックボクシング	10:00~10:30 UBOUND トランポリン
11:00	11：00～11：45 初中級エアロ Kiyoe	11:00~11:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	10:45~11:30 ZUMBA natsu	11:00~11:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	11:00~11:30 YOGA ヨガ	11:00~11:30 UBOUND トランポリン	11:00~11:30 X55 ステップ台
12:00	12：00～13：00 フラダンス Kiyoe	12:00~12:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	12:00~12:30 セルフ体幹コンディショニング natsu	12:00~12:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	12:00~12:30 UBOUND トランポリン	12:00~12:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	12:00~12:30 AERO エアロビクス

RADICAL VIRTUAL

【　東松山店レッスンスケジュール②　】

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
13:00	13:10~13:40 FIGHT DO キックボクシング	13:00~13:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	13:00~13:30 UBOUND トランポリン	13：00～14：00 心身のコア力を高めるヨガ HIROE	13:00~13:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	13:00~13:30 X55 ステップ台	13:00~13:30 UBOUND トランポリン
14:00	14:00~14:30 X55 ステップ台	14:00~14:30 UBOUND トランポリン	14:00~14:30 UBOUND トランポリン	休講	14：00～15：00 フラダンス Kiyoe	14:00~14:30 ELEVEN 究極HIIT	14:00~14:30 FIGHT DO キックボクシング
15:00	15:00~15:30 FIGHT DO キックボクシング	15:00~15:30 AERO エアロビクス	15:00~15:30 X55 ステップ台	15:00~15:45 FIGHT DO キックボクシング	15:15~15:45 FIGHT DO キックボクシング	15:00~15:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	15:00~15:30 UBOUND トランポリン
16:00	16:00~16:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	16:00~16:45 FIGHT DO キックボクシング	16:00~16:30 UBOUND トランポリン	16:00~16:30 YOGA ヨガ	16:00~16:30 X55 ステップ台	16:00~16:30 FIGHT DO キックボクシング	16:00~16:30 FIGHT DO キックボクシング
17:00	17:00~17:30 X55 ステップ台	17:00~17:30 X55 ステップ台	17:00~17:30 AERO エアロビクス	17:00~17:30 X55 ステップ台	17:00~17:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00~17:30 X55 ステップ台	17:00~17:30 AERO エアロビクス 17:45~18:15 UBOUND トランポリン
18:00	18：30～19：15 HIPHOP Natsuki	18：30～19：00 UBOUND 久野翔利	18:00~18:30 UBOUND トランポリン	18:00~18:30 X55 ステップ台	18:00~18:45 OXIGENO ピラティス/ヨガ	18：30～19：00 UBOUND 久野翔利	18:30~19:00 X55 ステップ台
19:00	19：45～20：30 K-POP コピー Natsuki	19：30～20：00 UBOUND 久野翔利	19：00～19：30 UBOUND 久野翔利 19：45～20：15 UBOUND 久野翔利	19：00～19：45 BODYATTACK KOUHEI	19:00~19:45 UBOUND トランポリン	19：30～20：00 UBOUND 久野翔利	19:15~19:45 UBOUND トランポリン
20:00		20:15～20：45 ELEVEN 究極HIIT		20：00～20：45 BODYCOMBAT KOUHEI	20:00~20：45 X55 ステップ台	20：15～21：15 ナチュラルflowヨガ HIROE	20:00~20:30 UBOUND トランポリン 20:45~21:30 X55 ステップ台
21:00	21:00~21:45 UBOUND トランポリン	21:00~21:30 AERO エアロビクス	21:00~21:30 HYPER C コアHIIT	21:00~21:30 ELEVEN 究極HIIT	21:00~21:45 UBOUND トランポリン	21:40~22：10 UBOUND トランポリン	
22:00	22:00~22:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	22:00~22:30 UBOUND トランポリン	22:00~22:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	22:00~22:30 UBOUND トランポリン	22:00~22:45 MEGADANZ ダンスフィットネス	22:20~22:50 FIGHT DO キックボクシング	22:00~22:30 UBOUND トランポリン
23:00	23:00~23:30 UBOUND トランポリン	23:00~23:30 UBOUND トランポリン	23:00~23:30 X55 ステップ台	23:00~23:30 UBOUND トランポリン	23:00~23:45 UBOUND トランポリン	23:00~23:30 UBOUND トランポリン	23:00~23:30 YOGA ヨガ

備考

FIT-AERO