FIT-AERO 吉野店レッスンスケジュール①

RADICAL VIRTUAL

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
0:00	0:00-00:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	0:00-00:30 YOGA ヨガ	0:00-00:30 HYPER C コアHIIT	0:00-00:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	0:00-00:30 YOGA ヨガ	0:00-00:30 FIGHT DO キックボクシング	0:00-00:30 YOGA ヨガ
1:00	1:00-1:30 AERO エアロビクス	1:00-1:30 FIGHT DO キックボクシング	1:00-1:30 YOGA ヨガ	1:00-1:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00-1:30 FIGHT DO キックボクシング	1:00-1:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00-1:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
2:00	2:00-2:30 ELEVEN 究極HIIT	2:00-2:30 HYPER C コアHIIT	2:00-2:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	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 HYPER C コア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 HYPER C コア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 HYPER C コアHIIT	4:00-4:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
5:00	5:00-5:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	5:00-5:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	5:00-5:30 YOGA ヨガ	5:00-5:30 FIGHT DO キックボクシング	5:00-5:30 YOGA ヨガ	5:00-5:30 FIGHT DO キックボクシング	5:00-5:30 YOGA ヨガ
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 MEGADANZ ダンスフィットネス	6:00-6:30 FIGHT DO キックボクシング	6:00-6:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	6:00-6:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
7:00	7:00-7:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	7:00-7:30 AERO エアロビクス	7:00-7:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	7:00-7:30 YOGA ヨガ	7:00-7:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	7:00-7:30 AERO エアロビクス	7:00-7:30 FIGHT DO キックボクシング
8:00	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 OXIGENO ピラティス/ヨガ	8:00-8:30 AERO エアロビクス	8:00-8:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	8:00-8:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	8:00-8:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
9:00	9:00-9:30 AERO エアロビクス	9:00-9:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00-9:30 AERO エアロビクス	9:00-9:30 FIGHT DO キックボクシング	9:00-9:30 AERO エアロビクス	9:00-9:30 FIGHT DO キックボクシング	9:00-9:30 AERO エアロビクス
10:00	10:00-10:45 カイロヨガ MANAMI	10:00-10:45 疲労回復ストレッチ TAIKI	10:00-10:45 カイロヨガ MANAMI	10:00-10:45 ローラーピラティス Kanako	10:00-10:30 YOGA ヨガ	10:00-10:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	10:00-10:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
11:00	11:00-11:45 初めてのリズムダンス RION	11:00-11:45 ボディコンバット TAIKI	11:00-11:45 マインドフルネスヨガ MANAMI	11:00-11:45 ゆるめて満たすヨガ Kanako	11:00-11:45 初めてのリズムダンス RION	11:00-11:30 UBOUND トランポリン	11:00-11:30 FIGHT DO キックボクシング

FIT-AERO 吉野店レッスンスケジュール②

RADICAL VIRTUAL

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
12:00	12:00-12:30 YOGA ヨガ	12:00-12:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	12:00-12:45 ZUMBA MIYUKI	12:00-12:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	12:00-12:30 UBOUND トランポリン	12:00-12:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	12:00-12:30 AERO エアロビクス
13:00	13:00-13:30 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 FIGHT DO キックボクシング	13:00-13:30 UBOUND トランポリン	13:00-13:30 FIGHT DO キックボクシング	13:00-13:30 AERO エアロビクス	13:00-13:30 UBOUND トランポリン
14:00	14:00-14:30 ELEVEN 究極HIIT	14:00-14:30 UBOUND トランポリン	14:00-14:30 ELEVEN 究極HIIT	14:00-14:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	14:00-14:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	14:00-14:30 YOGA ヨガ	14:00-14:30 FIGHT DO キックボクシング
15:00	15:00-15:30 UBOUND トランポリン	15:00-15:30 AERO エアロビクス	15:00-15:30 YOGA ヨガ	15:00-15:30 FIGHT DO キックボクシング	15:00-15:30 UBOUND トランポリン	15:00-15:30 UBOUND トランポリン	15:00-15:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
16:00	16:00-16:30 FIGHT DO キックボクシング	16:00-16:30 YOGA ヨガ	16:00-16:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	16:00-16:30 AERO エアロビクス	16:00-16:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	16:00-16:30 FIGHT DO キックボクシング	16:00-16:30 HYPER C コアHIIT
17:00	17:00-17:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00-17:30 UBOUND トランポリン	17:00-17:30 ELEVEN 究極HIIT	17:00-17:30 HYPER C コアHIIT	17:00-17:30 AERO エアロビクス	17:00-17:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00-17:30 YOGA ヨガ
18:00	18:00-18:30 UBOUND トランポリン	18:00-18:30 FIGHT DO キックボクシング	18:00-18:30 UBOUND トランポリン	18:00-18:30 FIGHT DO キックボクシング	18:00-18:30 UBOUND トランポリン	18:00-18:30 UBOUND トランポリン	18:00-18:30 AERO エアロビクス
19:00	19:00-19:30 FIGHT DO キックボクシング	19:00-19:45 ピラティス Maru	19:00-19:45 大人はじめてバレエ Sayaka	19:00-19:45 K-POP レクチャー RION	19:00-19:45 ボディコンバット Maru	19:00-19:30 YOGA ヨガ	19:00-19:30 UBOUND トランポリン
20:00	20:00-20:45 美姿勢ヨガ hitomi	20:00-20:45 ZUMBA Maru	20:00-20:45 呼吸からはじめる基本のヨガ mei	20:00-20:45 ZUMBA Maru	20:00-20:45 beauty flow yoga hitomi	20:00-20:30 FIGHT DO キックボクシング	20:00-20:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
21:00	21:00-21:45 Detox flow yoga hitomi	21:00-21:30 FIGHT DO キックボクシング	21:00-21:45 おやすみ前のリラックスヨガ mei	21:00-21:45 ボディコンバット Maru	21:00-21:45 ゆるめるヨガ hitomi	21:00-21:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	21:00-21:30 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 AERO エアロビクス	22:00-22:30 FIGHT DO キックボクシング	22:00-22:30 AERO エアロビクス	22:00-22:30 ELEVEN 究極HIIT	22:00-22:30 UBOUND トランポリン	22:00-22:30 FIGHT DO キックボクシング
23:00	23:00-23:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	23:00-23:30 FIGHT DO キックボクシング	23:00-23:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	23:00-23:30 HYPER C コアHIIT	23:00-23:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	23:00-23:30 AERO エアロビクス	23:00-23:30 ELEVEN 究極HIIT

最終更新日:2026/8/20