FIT-AERO

秦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 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 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 ELEVEN 究極HIIT	5:00-5:30 YOGA ヨガ	5:00-5:30 HYPER C コアHIIT	5:00-5:30 YOGA ヨガ
6:00	6:00-6:30 YOGA ヨガ	6:00-6:30 YOGA ヨガ	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 OXIGENO ピラティス/ヨガ	6:00-6:30 YOGA ヨガ
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 YOGA ヨガ	7:00-7:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	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 AERO エアロビクス
8:00	8:00-8:30 HYPER C コアHIIT	8:00-8:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	8:00-8:30 HYPER C コアHIIT	8:00-8:30 AERO エアロビクス	8:00-8:30 HYPER C コアHIIT	8:00-8:30 AERO エアロビクス	8:00-8:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
9:00	9:00-9:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00-9:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	9:00-9:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00-9:30 YOGA ヨガ	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 HYPER C コアHIIT
10:00	10:00～10:45 ベーシック マシンピラティス WAKABA P	10:00～10:45 モーニングヨガ WAKABA	10:00～10:45 ベーシック マシンピラティス WAKABA P	10:00～10:45 モーニングヨガ WAKABA	10:00～11:00 初めての筋トレタイム ひとみ	10:00～10:45 Body make up 1 Chiho P	10:00-10:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
11:00	11:00～11:45 ベーシック マシンピラティス WAKABA P	11:00～11:45 ベーシック マシンピラティス WAKABA P	11:00～11:45 ベーシック マシンピラティス WAKABA P	11:00-11:30 FIGHT DO キックボクシング	11:15～12:15 体整う メンテナンスストレッチ ひとみ	11:00～11:45 Hip & legs Chiho P	11:00-11:30 ELEVEN 究極HIIT

FIT-AERO 秦野店レッスンスケジュール②

RADICAL VIRTUAL

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
12:00	12:15～13:00 ZUMBA WAKANA	P 12:00～12:45 ベーシック マシンピラティス WAKABA	P 12:00～12:45 ベーシック マシンピラティス WAKABA	12:00-12:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	休講	P 12:00～12:45 Body make up 2 Chiho	12:00-12:30 AERO エアロビクス
13:00	13:15～14:15 美尻美脚 メンテナンス WAKANA	13:00-13:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	13:00-13:30 YOGA ヨガ	P 13:15～14:00 Body make up 1 Chiho	13:00～14:00 骨盤エクササイズ MIYAKE	13:15-13:45 AERO エアロビクス	13:00-13:30 UBOUND トランポリン
14:00	休講	14:00-14:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	14:00-14:30 ELEVEN 究極HIIT	P 14:15～15:00 Hip & legs Chiho	14:30-15:00 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	14:45～15:45 デトックスヨガ IZUMI	15:15-15:45 AERO エアロビクス	15:00～16:00 骨盤エクササイズ MIYAKE	P 15:15～16:00 Body make up 2 Chiho	15:15-15:45 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	16:15-16:45 MEGADANZ ダンスフィットネス	休講	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	17:15-17:45 MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00-17:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00-17:30 ELEVEN 究極HIIT	17:00-17:30 UBOUND トランポリン	17:00-17:30 ELEVEN 究極HIIT	17:00～17:45 STRONG NATION WAKANA	17:00-17:30 YOGA ヨガ
18:00	18:00-18:30 HYPER C コアHIIT	18:00-18:30 FIGHT DO キックボクシング	18:00～18:45 ボディシェイプ MISAKI	18:00～19:00 フローヨガ IZUMI	18:00～18:45 姿勢改善ヨガ MISAKI	18:00-18:30 FIGHT DO キックボクシング	18:00-18:30 ELEVEN 究極HIIT
19:00	19:00-19:30 UBOUND トランポリン	19:00-19:30 UBOUND トランポリン	19:00～19:45 疲労回復ヨガ MISAKI	19:15-19:45 MEGADANZ ダンスフィットネス	19:00～19:45 マットピラティス MISAKI	19:00-19:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	19:00-19:30 UBOUND トランポリン
20:00	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	20:00-20:30 UBOUND トランポリン	20:00-20:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	20:00-20:30 UBOUND トランポリン	20:00-20:30 UBOUND トランポリン	20:00-20:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
21:00	21:00-21:30 UBOUND トランポリン	21:00-21:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	21:00-21:30 FIGHT DO キックボクシング	21:00-21:30 UBOUND トランポリン	21:00-21:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	21:00-21:30 AERO エアロビクス	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 UBOUND トランポリン	22:00-22:30 FIGHT DO キックボクシング	22:00-22:30 ELEVEN 究極HIIT	22:00-22:30 FIGHT DO キックボクシング	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 YOGA ヨガ	23:00-23:30 YOGA ヨガ

P は女性専用マシンピラティスレッスンです。
ピラティスの予約スケジュール更新は毎月20日です

最終更新日:2026/10/1