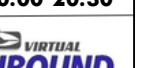


	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
0:00	0:00-00:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	0:00-00:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	0:00-00:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	0:00-00:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	0:00-00:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	0:00-00:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	0:00-00:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
1:00	1:00-1:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	1:00-1:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	1:00-1:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	1:00-1:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00-1:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	1:00-1:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00-1:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
2:00	2:00-2:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	2:00-2:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	2:00-2:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	2:00-2:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	2:00-2:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	2:00-2:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	2:00-2:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
3:00	3:00-3:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	3:00-3:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	3:00-3:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	3:00-3:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	3:00-3:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	3:00-3:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	3:00-3:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
4:00	4:00-4:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	4:00-4:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	4:00-4:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	4:00-4:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	4:00-4:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	4:00-4:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	4:00-4:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
5:00	5:00-5:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	5:00-5:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	5:00-5:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	5:00-5:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	5:00-5:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	5:00-5:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	5:00-5:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
6:00	6:00-6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00-6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00-6:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	6:00-6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00-6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00-6:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	6:00-6:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
7:00	7:00-7:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	7:00-7:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	7:00-7:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	7:00-7:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	7:00-7:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	7:00-7:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	7:00-7:30 VIRTUAL AERO エアロビクス
8:00	8:00-8:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	8:00-8:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	8:00-8:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	8:00-8:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	8:00-8:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	8:00-8:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	8:00-8:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
9:00	9:00-9:45 バレトン : Yui <5日,12日,19日,26日>	9:00-9:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	9:00-9:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	9:00-9:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	9:00-9:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	9:00-9:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	9:00-9:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
10:00	10:00-10:45 リラックスヨガ : SHII <5日,12日,19日,26日>	10:00-10:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	10:00-10:45 リラックスヨガ : SHII <7日,14日,21日,28日>	10:00-10:45 バレトン : Yui <8日,22日>	10:00-10:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	10:00-10:30 シェイプアップエアロ : 北條 彩香 <3日>	10:00-10:30 マットピラティス : 北條 彩香 <11日,25日>
11:00	11:00-11:45 ベーシックヨガ : SHII <5日,12日,19日,26日>	11:00-11:45 K-POPダンス : MAYU <27日>	11:00-11:45 ヨガベーシック : SHII <7日,14日,21日,28日>	11:00-11:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	11:00-11:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	11:00-11:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	10:45-11:15 シェイプアップエアロ : 北條 彩香 <11日,25日>

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
12:00	12:00-12:45 K-POPダンス： MAYU <5日,19日,26日>	12:00-12:30  キックボクシング	12:00-12:30 CHAKABOOM：青 貝 タ子 <7日,14日,21 日>	12:00-12:30  ダンスフィットネス	12:00-12:30  ピラティス/ヨガ	12:00-12:30  ダンスフィットネス	11:30-12:00 ストレッチ：北條 彩香 <11日,25日>
13:00	14:00-14:45 コンディショニン グヨガ：Mariko <5日,19日,26日>	13:00-13:30  ダンスフィットネス	12:45-13:15 ダイエットエクサ サイズ：青貝 タ子 <7日,14日,21 日>	13:15-13:45 リズムキックボク ササイズ：遠藤 隼 <1日,8日,15 日,22日,29日>	13:00-13:30  キックボクシング	13:30-14:15 コンディショニン グヨガ：Mariko <3日>	13:00-13:30  トランポリン
14:00	14:00-14:30 ヨガビギナー： emiri <12日>	14:00-14:30  トランポリン	14:00-14:30  究極HIIT	14:00-14:30 fight & シェイプ： 遠藤 隼 <1日,8日,15 日,22日,29日>	14:00-14:30  ダンスフィットネス	14:30-15:00 はじめてピラティ ス：Mariko <3日>	14:00-14:30  キックボクシング
15:00	14:45-15:15 ゆったりフローヨ ガ：emiri <12日>	15:00-15:30  エアロビクス	15:00-15:30  コアHIIT	14:45-15:15 コアトレーニング&ス トレッチ：遠藤 隼 <1日,8日,15日,22 日,29日>	15:00-15:30  トランポリン	14:30-15:00 リラックスヨ ガ：emiri <24日>	15:00-15:30  ダンスフィットネス
16:00	15:00-15:30 はじめてピラティ ス：Mariko <5日,19日,26日 >	16:00-16:30  ヨガ	16:00-16:30  ダンスフィットネス	16:00-16:30  エアロビクス	16:00-16:30  ピラティス/ヨガ	15:15-15:45 ゆったりフロー ヨガ：emiri <24日>	16:00-16:30  コアHIIT
17:00	15:45-16:15 リズムキックボク ササイズ：遠藤 隼 <5日,12日,19 日,26日>	17:00-17:30  ダンスフィットネス	17:00-17:30  究極HIIT	17:00-17:30  トランポリン	17:00-17:30  究極HIIT	17:00-17:30  エアロビクス	17:00-17:30  ヨガ
18:00	16:30-17:00 fight & シェイプ： 遠藤 隼 <5日,12日,19 日,26日>	18:00-18:30  究極HIIT	18:00-18:45 ラテンダンス：ち よふ <14日>	18:00-18:45 ラテンダンス：ち よふ <1日,8日,22 日,29日>	18:00-18:30  エアロビクス	18:00-18:30  トランポリン	18:00-18:30  究極HIIT
19:00	17:15-17:45 コアトレーニング&ス トレッチ：遠藤 隼 <5日,12日,19日,26 日>	19:00-19:30  トランポリン	19:00-19:45 コピーダンス：ち よふ <14日>	19:00-19:45 コピーダンス：ち よふ <1日,8日,22 日,29日>	19:00-19:30  トランポリン	19:00-19:30  ダンスフィットネス	19:00-19:30  トランポリン
20:00	20:00-20:30  キックボクシング	20:00-20:30  ダンスフィットネス	20:00-20:30  トランポリン	20:00-20:30  ピラティス/ヨガ	20:00-20:30  トランポリン	20:00-20:30  トランポリン	20:00-20:30  ダンスフィットネス
21:00	21:00-21:30  トランポリン	21:00-21:30  ピラティス/ヨガ	21:00-21:30  トランポリン	21:00-21:30  トランポリン	21:00-21:30  ダンスフィットネス	21:00-21:30  エアロビクス	21:00-21:30  トランポリン
22:00	22:00-22:30  ダンスフィットネス	22:00-22:30  エアロビクス	22:00-22:30  キックボクシング	22:00-22:30  キックボクシング	22:00-22:30  究極HIIT	22:00-22:30  キックボクシング	22:00-22:30  キックボクシング
23:00	23:00-23:30  ピラティス/ヨガ	23:00-23:30  キックボクシング	23:00-23:30  ダンスフィットネス	23:00-23:30  コアHIIT	23:00-23:30  ピラティス/ヨガ	23:00-23:30  ヨガ	23:00-23:30  ヨガ