



	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
0:00	0:00-0:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	0:00-0:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	0:00-0:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	0:00-0:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	0:00-0:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	0:00-0:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	0:00-0:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
1:00	1:00-1:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	1:00-1:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	1:00-1:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	1:00-1:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	1:00-1:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	1:00-1:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00-1:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
2:00	2:00-2:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	2:00-2:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	2:00-2:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	2:00-2:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	2:00-2:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	2:00-2:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	2:00-2:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
3:00	3:00-3:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	3:00-3:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	3:00-3:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	3:00-3:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	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 AERO エアロビクス
4:00	4:00-4:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	4:00-4:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	4:00-4:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	4:00-4:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	4:00-4:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	4:00-4:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	4:00-4:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
5:00	5:00-5:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	5:00-5:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	5:00-5:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	5:00-5:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	5:00-5:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	5:00-5:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	5:00-5:30 VIRTUAL AERO エアロビクス
6:00	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 HYPER C コアHIIT	6:00-6:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	6:00-6:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	6:00-6:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	6:00-6:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
7:00	7:00-7:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	7:00-7:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	7:00-7:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	7:00-7:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	7:00-7:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	7:00-7:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	7:00-7:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
8:00	8:00-8:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	8:00-8:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	8:00-8:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	8:00-8:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	8:00-8:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	8:00-8:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	8:00-8:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
9:00	9:00-9:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	9:00-9:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	9:00-9:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	9:00-9:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	9:00-9:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	9:00-9:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	9:00-9:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス
10:00	10:00-10:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	10:00-10:45 からだコントロール ピラティス 北村	10:00-10:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	10:00-10:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	10:00-10:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	10:00-10:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	10:00-10:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
11:00	11:00-11:45 はじめてのダンス kazuki	11:00-11:45 ベーシックヨガ 北村	11:30-12:15 リセットフロー yoga あさ	11:00-11:45 リラックス フローヨガ 北村	11:00-11:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	11:00-11:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	11:00-11:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT



	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
12:00	NEW 12:00-12:45 調整回復 ストレッチクラス kazuki	12:00-12:45 ゆるチャレヨガ あさ	12:30-13:15 REEJAM RIKA	12:00-12:45 陰ヨガ 北村	12:00-12:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	12:00-12:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	12:00-12:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス
13:00	13:00-13:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	13:00-13:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング		13:00-13:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	13:00-13:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	13:00-13:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	13:00-13:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
14:00	14:00-14:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	14:00-14:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	14:00-14:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	14:00-14:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	14:00-14:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	14:00-14:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	14:00-14:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
15:00	15:00-15:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	15:00-15:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	15:00-15:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	15:00-15:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	15:00-15:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	15:00-15:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	15:00-15:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス
16:00	16:00-16:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	16:00-16:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	16:00-16:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	16:00-16:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	16:00-16:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	16:00-16:45 ZUMBA RIKA	16:00-16:30 VIRTUAL AERO エアロビクス
17:00	17:00-17:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	17:00-17:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	17:00-17:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	17:00-17:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00-17:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	17:00-17:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	17:00-17:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
18:00	18:00-18:45 はじめての ボクシングクラス kazuki	18:00-18:45 Yoga Basic 西澤	18:00-18:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	18:00-18:45 デトックスヨガ 西澤	18:00-18:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	18:00-18:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	18:00-18:30 VIRTUAL AERO エアロビクス
19:00	19:00-19:45 基礎応用 楽曲クラス kazuki	19:00-19:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	19:00-19:45 ストレッチヨガ 西澤	19:00-19:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	19:00-19:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	19:00-19:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	19:00-19:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
20:00	20:00-20:45 ウィンヤサ フローヨガ 北村	20:00-20:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	20:00-20:45 yoga flow 西澤	20:00-20:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	20:00-20:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	20:00-20:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	20:00-20:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス
21:00	21:00-21:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	21:00-21:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	21:00-21:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	21:00-21:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	21:00-21:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	21:00-21:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	21:00-21:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
22:00	22:00-22:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	22:00-22:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	22:00-22:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	22:00-22:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	22:00-22:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	22:00-22:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	22:00-22:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
23:00	23:00-23:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	23:00-23:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	23:00-23:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	23:00-23:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	23:00-23:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	23:00-23:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	23:00-23:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス