



FIT-AERO



RADICAL VIRTUAL

ドリ・キホーテUHY可児店

スタジオスケジュール

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
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	1:00-01:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	1:00-01:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	1:00-01:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	1:00-01:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00-01:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	1:00-01:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	1:00-01:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
2 : 00	2:00-02:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	2:00-02:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	2:00-02:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	2:00-02:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	2:00-02:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	2:00-02:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	2:00-02:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
3 : 00	3:00-03:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	3:00-03:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	3:00-03:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	3:00-03:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	3:00-03:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	3:00-03:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	3:00-03:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
4 : 00	4:00-04:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	4:00-04:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	4:00-04:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	4:00-04:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	4:00-04:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	4:00-04:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	4:00-04:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
5 : 00	5:00-05:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	5:00-05:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	5:00-05:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	5:00-05:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	5:00-05:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	5:00-05:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	5:00-05:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
6 : 00	6:00-06:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00-06:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00-06:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	6:00-06:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00-06:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	6:00-06:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	6:00-06:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
7 : 00	7:00-07:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	7:00-07:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	7:00-07:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	7:00-07:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	7:00-07:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	7:00-07:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	7:00-07:30 VIRTUAL AERO エアロビクス
8 : 00	8:00-08:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	8:00-08:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	8:00-08:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	8:00-08:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	8:00-08:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	8:00-08:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	8:00-08:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
9 : 00	定員12名/WEB予約 リラックスヨガ Saori 9:00-9:45	定員12名/WEB予約 引き締め ボディーメイクヨガ 亀山 9:15-10:00	9:00-09:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00-09:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	9:00-09:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	9:00-09:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	9:00-09:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
10 : 00	定員12名/WEB予約 adidasYOGA Saori 10:00-10:45	定員12名/WEB予約 リフレッシュヨガ 亀山 10:15-11:00	定員12名/WEB予約 ルーシーダットン MEGUMI 10:00-10:45	定員12名/WEB予約 ハワイアンフラ yayo 10:00-10:45	定員12名/WEB予約 リフレッシュヨガ 亀山 10:00-10:45	10:00-10:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	10:00-10:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス
11 : 00	定員15名/WEB予約 バレトン 菅原 11:00-11:45	定員15名/WEB予約 ZUMBA 寺崎 11:15-12:00	定員12名/WEB予約 ルーシーダットン MEGUMI 11:00-11:45	定員12名/WEB予約 骨盤 コンディショニング 森本 11:00-11:45	11:15-11:45 VIRTUAL UBOUND トランポリン	定員12名/WEB予約 ヨガ 森本 11:00-11:45	11:00-11:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT



FIT-AERO



ドリ・キホーテUNY可見店

スタジオスケジュール

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
12:00	定員15名/WEB予約 ZUMBA® ナタリー 12:00-12:45	12:00-12:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	12:00-12:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	定員12名/WEB予約 骨盤 コンディショニング 森本 12:00-12:45	12:00-12:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	定員12名/WEB予約 ヨガ 森本 12:00-12:45	12:00-12:30 VIRTUAL AERO エアロビクス
13:00	定員12名/WEB予約 デトックスボールヨガ Minami 13:00-13:45	13:00-13:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	定員12名/WEB予約 adidasYOGA Saori 13:30-14:15	定員15名/WEB予約 SALSATION HITOMI 13:30-14:15	定員12名/WEB予約 ハワイアンフラ yayo 13:00-13:45	13:00-13:45 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	13:00-13:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
14:00	定員12名/WEB予約 骨盤ケアヨガ Minami 14:00-14:45	14:00-14:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	14:30-15:00 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	定員15名/WEB予約 バレトン 菅原 14:30-15:15	14:00-14:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	14:00-14:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	14:00-14:45 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
15:00	15:00-15:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	15:00-15:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	15:00-15:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	15:30-16:00 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	15:00-15:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	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 FIGHT DO キックボクシング	16:00-16:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	16:00-16:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	16:00-16:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	16:00-16:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	定員15名/WEB予約 毎月3回目・3週目(土)開催 ZUMBA HITOMI 16:30-17:15	16:00-16:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
17:00	17:00-17:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	17:00-17:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	17:00-17:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	17:00-17:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	17:00-17:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	17:15-17:45 VIRTUAL AERO エアロビクス	17:00-17:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
18:00	18:00-18:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	18:00-18:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	18:00-18:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	18:00-18:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	18:00-18:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	18:00-18:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	18:00-18:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
19:00	19:00-19:45 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	19:00-19:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	19:00-19:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	19:00-19:45 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	19:00-19:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	19:00-19:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	19:00-19:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
20:00	定員14名/WEB予約 暗闇トランポリン ジュリアナ 20:30-21:15	20:00-20:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	定員15名/WEB予約 ZUMBA 寺崎 20:00-20:45	定員14名/WEB予約 暗闇トランポリン ジュリアナ 20:30-21:15	定員15名/WEB予約 ZUMBA® ナタリー 20:00-20:45	20:00-20:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	20:00-20:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
21:00	21:30-22:00 VIRTUAL AERO エアロビクス	21:00-21:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	21:00-21:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	21:30-22:00 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 AERO エアロビクス	21:00-21:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ
22:00	22:00-22:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	22:00-22:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	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 ELEVEN 究極HIIT	22:00-22:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT
23:00	23:00-23:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	23:00-23:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	23:00-23:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	23:00-23:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	23:00-23:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	23:00-23:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	23:00-23:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ

STUDIO SCHEDULE

ドン・キホーテUNY可児店

	Mon (月)	Tue (火)	Wed (水)	Thu (木)	Fri (金)	Sat (土)	Sun (日)	
9:00	定員 12名 / WEB予約 リラックスヨガ Saori 9:00-9:45	定員 12名 / WEB予約 引き締め ボディメイクヨガ 亀山 9:15-10:00						
10:00	定員 12名 / WEB予約 adidasYOGA Saori 10:00-10:45	定員 12名 / WEB予約 リフレッシュヨガ 亀山 10:15-11:00	定員 12名 / WEB予約 ルーシーダットン MEGUMI 10:00-10:45	定員 12名 / WEB予約 ハワイアンフラ yayo 10:00-10:45	定員 12名 / WEB予約 リフレッシュヨガ 亀山 10:00-10:45			
11:00	定員 15名 / WEB予約 バレトン 菅原 11:00-11:45	定員 15名 / WEB予約 ZUMBA 寺崎 11:15-12:00	定員 12名 / WEB予約 ルーシーダットン MEGUMI 11:00-11:45	定員 12名 / WEB予約 背骨コンディショニング 森本 11:00-11:45	背骨コンディショニングでは 厚めのフェイスタオルを 使用します。	定員 12名 / WEB予約 ヨガ 森本 11:00-11:45		
12:00	定員 15名 / WEB予約 ZUMBA ナタリー 12:00-12:45		レッスン後に お茶を配布いたします	定員 12名 / WEB予約 背骨コンディショニング 森本 12:00-12:45		定員 12名 / WEB予約 ヨガ 森本 12:00-12:45		
13:00	定員 12名 / WEB予約 デトックスボールヨガ Minami 13:00-13:45		定員 12名 / WEB予約 adidasYOGA Saori 13:30-14:15	定員 15名 / WEB予約 SALSATION HITOMI 13:30-14:15	定員 12名 / WEB予約 ハワイアンフラ yayo 13:00-13:45			
14:00	定員 12名 / WEB予約 骨盤ケアヨガ Minami 14:00-14:45			定員 15名 / WEB予約 バレトン 菅原 14:30-15:15				
15:00	①予約制度について スタジオレッスンを受講する際は、 希望のレッスン開始時間までに マイページからご予約ください。 ※当日に予約枠に空きがある場合も、 必ずレッスン開始時間までにご予約ください。 ※スタジオ入室時に予約状況を確認いたします。 ②予約受付期間について レッスン開催日の5日前、 午前7時からレッスン開始時間までご予約いただけます。 ③ご利用に関するお願い ご予約のキャンセルは、ご本人様のみマイページよりお手続きいただけます。 キャンセル可能時間は、予約枠開始後5分以内となっております。							
16:00								
17:00								
18:00								
19:00								
20:00	定員 14名 / WEB予約 暗闇トランポリン ジュリアナ 20:30-21:15		定員 15名 / WEB予約 ZUMBA 寺崎 20:00-20:45	定員 14名 / WEB予約 暗闇トランポリン ジュリアナ 20:30-21:15	定員 15名 / WEB予約 ZUMBA ナタリー 20:00-20:45			
21:00								

毎月
1週目・3週目
(土)
開催