FIT-AERO 福山蔵王店レッスンスケジュール AM

RADICAL VIRTUAL

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
0:00	0:00-0:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	0:00-0:30 YOGA ヨガ	0:00-0:30 HYPER C コアHIIT	0:00-0:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ	0:00-0:30 YOGA ヨガ	0:00-0:30 FIGHT DO キックボクシング	0:00-0:30 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 FIGHT DO キックボクシング
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 FIGHT DO キックボクシング	7:00-7:30 OXIGENO ピラティス/ヨガ
8:00	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 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 HYPER C コアHIIT
9:00	9:00-9:30 HYPER C コアHIIT	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 ELEVEN 究極HIIT	9:00-9:30 AERO エアロビクス
10:00	10:00〜10:45 パワーヨガ eri	10:00-10:30 HYPER C コアHIIT	10:00〜10:45 ミュージックスタイルヨガ eri	10:00-10:30 MEGADANZ ダンスフィットネス	10:30〜11:15 マットピラティス Asano	10:00-10:30 UBOUND トランポリン	10:00-10:30 MEGADANZ ダンスフィットネス
11:00	11:00〜11:30 11:30〜12:00 マシンピラ eri	11:00-11:30 YOGA ヨガ	11:00〜11:30 11:30〜12:00 マシピラ eri	11:00〜11:30 11:30〜12:00 マシピラ sumire	11:30〜12:15 ボクササイズ Asano	11:00-11:30 YOGA ヨガ	11:00-11:30 ELEVEN 究極HIIT

FIT-AERO 福山蔵王店レッスンスケジュール PM

RADICAL VIRTUAL

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
12:00	12:00-12:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	12:00-12:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	12:00-12:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	12:00-12:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	12:00-12:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	12:00-12:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	12:00-12:30 VIRTUAL AERO エアロビクス
13:00	13:00-13:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	13:00-13:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	13:00-13:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	13:00-13:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	13:00-13:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	13:00-13:30 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	14:00-14:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	14:00~14:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	14:00-14:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	14:00~14:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	14:00-14:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	14:00-14:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	14:00-14:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
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	15:00-15:30 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 OXIGENO ピラティス/ヨガ	15:00-15:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT
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	16:00-16:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	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 MEGADANZ ダンスフィットネス	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	17:00-17:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	17:00-17:30 VIRTUAL YOGA ヨガ
18:00	18:00〜18:30 18:30〜19:00 マシピラ eri	18:00〜18:30 18:30〜19:00 マシピラ sumire	18:00〜18:30 18:30〜19:00 マシピラ eri	18:00-18:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	18:00〜18:30 18:30〜19:00 マシピラ eri	18:00〜18:45 ベーシック フローヨガ sumire	18:00-18:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン
19:00	19:15〜20:00 パワーヨガ eri	19:15〜20:00 デトックスヨガ sumire	19:15〜20:00 ミュージック スタイルヨガ eri	19:00-19:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	19:15〜20:00 パワーヨガ eri	19:00-19:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	19:00-19:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
20:00	20:00-20:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング	20:00-20:30 VIRTUAL OXIGENO ピラティス/ヨガ	20:00-20:30 VIRTUAL HYPER C コアHIIT	20:00-20:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	20:00-20:30 VIRTUAL YOGA ヨガ	20:00-20:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	20:00-20:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス
21:00	21:00-21:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	21:00-21:30 VIRTUAL ELEVEN 究極HIIT	21:00-21:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	21:00-21:30 VIRTUAL UBOUND トランポリン	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 UBOUND トランポリン
22:00	22:00-22:30 VIRTUAL MEGADANZ ダンスフィットネス	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 ELEVEN 究極HIIT	22:00-22:30 VIRTUAL AERO エアロビクス	22:00-22:30 VIRTUAL FIGHT DO キックボクシング
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 ELEVEN 究極HIIT	23:00-23:30 VIRTUAL YOGA ヨガ

最終更新日:2026年11月