RADICAL VIRTUAL

FIT-AERO 新利府北館店

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:00	9:00〜9:30 休講	9:00〜9:30 休講	9:00〜9:30 休講	9:00〜9:30 休講	9:00〜9:30 休講	9:00〜9:45 オリジナルヨガ yuki	HYPER C
10:00	9:30〜10:15 ヒップアップトレーニング YUKARI	9:30〜10:15 ゆるコアトレーニング YUKARI	9:30〜10:15 コンディショニングストレッチ YUKARI	9:30〜10:15 朝ピラティス YUKARI	9:30〜10:15 筋膜リリースリンパ流し YUKARI	FIGHT DO	MEGADANZ
11:00	OXIGENO	10:30〜11:15 オリジナルヨガ YUKARI	10：30〜11:15 男の朝活 YUKARI	10:30〜11:15 バレエエクササイズ 亜弓	10:30〜11:15 椅子ヨガ YUKARI	UBOUND	ELEVEN
12:00	11:45〜12:30 筋膜リリース YUKARI	11:45〜12:30 ビギナーピラティス yuki	11:45〜12:30 ベーシックダンス和フラ 只野真紀子	11:45〜12:30 オリジナルヨガ YUKARI	MEGADANZ	12:00〜13:00 オリジナルヨガ yuki	AERO
13:00	12:45〜13:30 巡りヨガ yuki	MEGADANZ	12:45〜13:30 リラックスフラ 只野真紀子	13:00〜13:45 バレトン KIYOMI	13:00〜13:45 オリジナルヨガ YUKARI	13:00〜13:30 休講	UBOUND
14:00	MEGADANZ	13:45〜14:30 ヨガ棒エクササイズ MAKI	13:45〜14:30 ヨガ棒エクササイズ MAKI	14:15〜15:00 ビギナーピラティス yuki	AERO	YOGA	FIGHT DO
15:00	UBOUND	14:45〜15:30 優しいストレッチ MAKI	14:45〜15:30 オリジナルヨガ MAKI	15:15〜16:00 オリジナルヨガ yuki	UBOUND	UBOUND	MEGADANZ
16:00	FIGHT DO	YOGA	MEGADANZ	AERO	OXIGENO	FIGHT DO	HYPER C
17:00	OXIGENO	MEGADANZ	AERO	UBOUND	ELEVEN	HYPER C	YOGA
18:00	18:15〜19:00 オリジナルヨガ MAKI	AERO	18:00〜18:45 オリジナルヨガ MAKI	YOGA	AERO	MEGADANZ	ELEVEN
19:00		19:30〜20:15 Kick Boxing Diet Shintaro	19:00〜19:45 ZUMBA GOLD MIHO	MEGADANZ	UBOUND	19:30〜20:15 Kick Boxing Diet Shintaro	UBOUND
20:00	19:30〜20:15 ZUMBA MIHO	MEGADANZ	20:00〜20:40 ZUMBA MIHO	OXIGENO	YOGA	AERO	MEGADANZ

RADICAL VIRTUAL

FIT-AERO

新利府北館店

	月	火	水	木	金	土	日
21:00	VIRTUAL UBOUND	VIRTUAL HYPER C	VIRTUAL FIGHT DO	VIRTUAL ELEVEN	VIRTUAL MEGADANZ	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL FIGHT DO
22:00	VIRTUAL MEGADANZ	VIRTUAL AERO	VIRTUAL MEGADANZ	VIRTUAL FIGHT DO	VIRTUAL OXIGENO	VIRTUAL OXIGENO	VIRTUAL OXIGENO
23:00	VIRTUAL OXIGENO	VIRTUAL FIGHT DO	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL HYPER C	VIRTUAL ELEVEN	VIRTUAL UBOUND	VIRTUAL YOGA
24:00	VIRTUAL OXIGENO	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL HYPER C	VIRTUAL OXIGENO	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL FIGHT DO	VIRTUAL YOGA
1:00	VIRTUAL AERO	VIRTUAL FIGHT DO	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL MEGADANZ	VIRTUAL FIGHT DO	VIRTUAL MEGADANZ	VIRTUAL OXIGENO
2:00	VIRTUAL ELEVEN	VIRTUAL HYPER C	VIRTUAL OXIGENO	VIRTUAL HYPER C	VIRTUAL ELEVEN	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL FIGHT DO
3:00	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL MEGADANZ	VIRTUAL FIGHT DO	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL OXIGENO	VIRTUAL ELEVEN	VIRTUAL ELEVEN
4:00	VIRTUAL FIGHT DO	VIRTUAL ELEVEN	VIRTUAL ELEVEN	VIRTUAL AERO	VIRTUAL HYPER C	VIRTUAL FIGHT DO	VIRTUAL OXIGENO
5:00	VIRTUAL MEGADANZ	VIRTUAL OXIGENO	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL ELEVEN	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL HYPER C	VIRTUAL YOGA
6:00	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL HYPER C	VIRTUAL AERO	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL FIGHT DO	VIRTUAL MEGADANZ	VIRTUAL YOGA
7:00	VIRTUAL UBOUND	VIRTUAL AERO	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL OXIGENO	VIRTUAL MEGADANZ	VIRTUAL YOGA	VIRTUAL AERO
8:00	VIRTUAL ELEVEN	VIRTUAL OXIGENO	VIRTUAL UBOUND	VIRTUAL AERO	VIRTUAL HYPER C	VIRTUAL AERO	VIRTUAL OXIGENO