

開催日

1.8.22.29 2.9.16.30 3.10.17.24.31 4.11.18.25 5.12.19.26 6.13.20.27

※スケジュールは変更する場合もございます。

月	火	水	木	金	土	日
スタジオメンテナンス	7/23お休み	9:45-10:45 B.フィットネス 17日お休み 渡辺みどり	パーソナル <成人>	17:15-18:15 リトル体操&エアロ 渡辺みどり	16:00-16:45 リトルチア 渡辺なつは	TOPICS! シニア シニアフィットネス スタート! new!!
	16:00-16:45 キンダーキッドビクス	11:00-12:00 シニアフィットネス		18:30-19:30 ヒップホップJAM 益田亜美	17:00-17:45 キッズ運動遊び 渡辺なつは	おおたスポーツ 健康フェスタ2024 7月20日(土) 大森スポーツセンター 体育室B ファミリー健康体操 12:00-12:50
時間変更		7/3開催日!				
17:30-18:30 K-POP &ダンス基礎 内田 明良	17:00-18:00 ヒップホップ プレイキング SHiN	16:00-16:45 リトモスキッズ 五十嵐 亮	17:00-18:00 キッズチア・基礎 古屋 桜	WHATS? リトモス 様々なダンスの 要素が入り、「リ ズム」という意 味のリトモス。世 界のリズムを感 じよう! 日本発! リトモスキッズ	18:00-18:45 ACB 渡辺みどり	〈入会金〉 キッズ・親子 5,500円 成人 8,800円 〈チケットシステム〉 30分⇒2チケット 45分⇒3チケット 60分⇒4チケット 75分⇒4or5チケット 90分⇒5チケット ※1チケット=550円 お得なまとめ買いあります 〈フリーパスシステム〉 アスリート選手コース 運動習慣調整コース ※口座引き落とし ※使用不可クラス有 ※対象は成人未満 16,500円 /月
全国大会出場メンバーを応援! 8/3.4 カルッツかわさき 全国こどもチャレンジカップ 第17回全国大会 サーキット部門 古河ののさん グループ部門 FFACBmini FF ACB&I 笑顔&元気部門 木村咲耶さん・平口真世さん アリシアキャラハンさん・村松佑美さん			17:00-17:45 Gボール&ジム 渡辺なつは	18:15-19:15 キッズチア 古屋 桜	19:00-20:00 ACI 渡辺みどり	《移動クラス》 7/13.20.27 7/6 18-20時 スタジオにて 9/23 サンリオイベント 9/21 CC東京都大会
		18:00-18:45 キッズエアロ 渡辺みどり	史上初! RITMOS KIDS ダンスコンテスト 2024年夏 7/14 開催決定! 参加メンバー 特別募集! クラス			
		19:15-20:15 HIPHOP/K-POP Natsumi				

