

開催日

4.18.25

5.12.19.26





















6.13.20.27

7.14.21.28

1.8.15.22

2.9.16.23

※スケジュールは変更
する場合もございます。
※▲…無料体験対象外クラス

月	NEW 火	水	木	NEW 金	土	日
スタジオメンテナンス	10:00-11:00 ママヨガ▲ お子様連れOK※4名以上開催 元田裕子 	9:45-10:45 B.フィットネス 渡辺みどり 	パーソナル <成人>	17:00-18:00 アクロバット ブレイキング▲ 星野 元/渡辺みどり	16:00-16:45 リトルチア 西村菜摘 	★レッスン情報 (火)ママヨガ 10:00-11:00 スタート! (水)シニアフィットネ スらしく椅子体操 開催日→10/6.20 (水)ママカフェ 開催日→10/27 11:00-12:00
17:00-18:00 キッズチア・基礎 田崎ひな 	17:00-17:45 キンダーキッドビクス 渡辺みどり 	11:00-11:45 シニアフィットネ スらしく椅子体操 砂流りか 		18:30-19:30 ヒップホップJAM 益田亜美 	17:00-17:45 キッズヒップホップ 西村菜摘 	
18:30-19:30 K-POP▲ 田崎ひな 	18:00-19:00 キッズダンス 渡辺みどり 	16:00-16:45 キッドビクス 渡辺みどり 	17:00-18:00 キッズチア 古屋桜 		18:00-18:45 ACB 渡辺みどり 	チア強化クラス 10/2(土) 10:00-11:30 《要予約》 対象:小学生以上 チケット:5枚 講師:みどり・ARIA  チアが上手になりたい! スキルアップしたい!
18:00-19:00 英語でキッズヨガ 定員5名 要予約 オンラインレッスンで インドつながります 開催日→決定次第 お知らせ 		17:00-17:45 Gボール&ジム 渡辺みどり 	18:30-19:15 Jazzヒップホップ 渡邊千晶 	<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	19:00-20:00 ACB/ACI 渡辺みどり 	
		18:00-18:45 キッズエアロ 渡辺みどり 	19:30-20:30 大人JAZZ 渡邊千晶 		緊急事態宣言発令等 によるスケジュール 変更につきましては 各クラスメンバー様に お知らせいたします。	
		19:00-20:00 ACB/ACI 渡辺みどり 