

10月 【日曜日スタジオプログラム表】

	時間	プログラム名	担当	スタジオ	予約
5日	14:00～14:30	RPM30	太田（知）	2	○
	15:15～16:00	SANDKICKBOX	堀籠	2	
	10:30～11:00	ボディコンバット▶	バーチャル	3	
	12:20～12:50	レズミルズダンス▶	バーチャル	3	
	13:15～13:45	ボディバランス▶	バーチャル	3	
	11:15～12:15	ジャズダンス	前島	1	
	13:00～13:30	FIGHTDO	太田（知）	1	
	13:45～14:15	X55	有井	1	
	14:30～15:00	LESMILLS CORE	有井	1	
	16:15～16:45	メガダンス	山岸	1	
	17:00～17:30	ZUMBA	山岸	1	
12日	16:30～17:15	RPM45	河西	2	
	10:30～11:00	ボディアタック▶	バーチャル	3	
	12:30～13:00	レズミルズダンス▶	バーチャル	3	
	13:15～13:45	ボディバランス▶	バーチャル	3	
	14:15～14:45	レズミルズダンス▶	バーチャル	3	
	11:15～12:15	ベリーダンス（五大要素・水・）	前島	1	
	15:00～16:00	ボディパンプ60	太田（真）	1	
19日	12:30～13:30	エアリアルヨガ（低空）	市川	2	○
	14:00～14:30	RPM30	太田（知）	2	○
	15:15～16:00	SANDKICKBOX	堀籠	2	
	10:30～11:00	ボディコンバット▶	バーチャル	3	
	13:45～14:15	レズミルズダンス▶	バーチャル	3	
	14:30～15:00	ボディバランス▶	バーチャル	3	
	11:15～12:15	ジャズダンス	前島	1	
	13:15～13:45	FIGHTDO	太田（知）	1	
	16:30～17:15	ピラティス45	河西	1	
26日	16:30～17:15	RPM45	河西	2	
	10:30～11:00	ボディアタック▶	バーチャル	3	
	12:30～13:00	レズミルズダンス▶	バーチャル	3	
	11:15～12:15	ベリーダンス（五大要素・水・）	前島	1	
	13:15～14:15	ZUMBA60	太田（知）	1	
	14:30～15:30	BAILABAILA60	太田（真）	1	