

<<2月スタジオレッスンスケジュール>>

	月	火	水	木	金	土
10:00						
	TAKIASE KICK 10:15~11:15 大門	美ストレッチ 10:15~11:15 K	SilkSuspension 10:15~11:15 K	骨盤バラ (1,3,5週) ラテンエアロ (2,4週) 10:30~11:30 多田	SilkSuspension 10:15~11:15 K	SilkSuspension 10:15~11:15 K
11:00						
		バンジーフィットネス 11:30~12:30 K	お腹トレーニング HIPHOP基礎 11:45~12:45 YUMI	デビルズダンス 11:45~12:45 K	トランポリンEX 11:30~12:30 K	トランポリンEX 11:30~12:30
12:00	美背中EX 11:45~12:45 大門					
13:00						
	バーEX (1,3,5週) バレエ(2,4週) 13:30~14:30 嶋田	ラテンエアロ(1,3,5週) ヨガ(2,4週) 13:30~14:30 多田		ピラティス 13:15~14:15 芦田	エアダンス 13:00~14:00 K	
14:00						
15:00						
16:00						
17:00						
18:00						
19:00						
20:00	ウェストスックリ ダンスエクササイズ 19:30~20:30 Ga-ya	骨盤ヨガ 19:30~20:30 竹内	ピラティス (1,2,3,5週) ベリーダンス (4週) 19:30~20:20(50分) MARIKO	SilkSuspension 19:30~20:30 K	トランポリンEX エアダンス、バンジー 19:30~20:30 K	
21:00	バンジー、エアダンス Silk Suspension 20:45~21:45 K	ZUMBA 20:45~21:45 竹内	ヨガ 20:35~21:25(50分) MARIKO	トランポリンEX 20:45~21:45 K	HIP HOP 20:45~21:45 YUMI	
22:00						

*プログラム内容は変更となることがございます

調整系
ダンス系

燃焼・引き締め系

おゆみ野スクエア
<http://oyumino-s.com>

ご予約・お問い合わせ：043-309-7183 (10:00~21:00)

1レッスン2000円の体験レッスン受付中！

*体験レッスンはお一人様1レッスンまで*空中エクササイズの体験は3000円