

武蔵小金井レッスンスケジュール 2024年4月～9月

■ 初心者におすすめ ■ 中級者におすすめ ■ 有料スクール

木曜日は休館日です。

時間	月 MON			火 TUE			水 WED			木 THU			金 FRI			土 SAT			日 SUN			
	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	
9:00																						
9:30																					キッズスクール チアダンス 8:50～9:50 サチ	
10:00	骨盤スリム 9:25～10:10 上野 瑞恵			ヨガ 9:45～10:30 丸橋 広美	ベリーダンス 9:45～10:30 Parwanaフミ																	
10:30		【有料スクール】 Solo Latin Dance 10:00～11:00 中井 麻紀子																				
11:00	エアロシンブル 10:30～11:15 吉岡 知美																					
11:30																						
12:00	フラダンス 11:35～12:20 遠峰 美樹	【女性限定】 うららかヨガ 11:30～12:15 岡野 亮子																				
12:30																						
13:00																						
13:30	太極拳 12:55～13:40 松島 駒樹	健康増進スクール からだ活性 12:45～13:45 スタッフ																				
14:00																						
14:30	リラックスヨガ 14:00～14:45 内村 ずま子	氣功 14:05～14:50 松島 駒樹																				
15:00																						
15:30	エアロシンブル 15:05～15:35 大山 陽子																					
16:00																						
16:30																						
17:00																						
17:30																						
18:00																						
18:30																						
19:00																						
19:30	ラテン エクスペレス 19:20～20:05 金子 智恵	リラックスヨガ 19:20～20:05 榎 今日子																				
20:00																						
20:30																						
21:00																						
21:30																						
22:00																						
22:30																						
23:00																						