2019年　1月、2月レッスンスケジュール

【あざみ野店】

月曜日

	スタジオ 1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ
10:00			整理券
11:00	ベーシックバレエ 永田由香里 10:20～11:20	fiveオリエンテーション 11:00～11:30	SUNヨガ 福本麻衣子 10:25～11:25
12:00	健美操 神馬加奈 11:35～12:35		SUN HOT YOGA 田口晶子 12:00～13:00
13:00	太極拳(入門) 野田康太 12:50～13:50	ファイブフロアーストレッチ 李一美 13:15～13:45	
14:00	X55 (45) 李一美 14:05～14:50	fiveオリエンテーション 14:00～14:30	
15:00	ラディカルパワー30 塩野貴之 15:10～15:40		SUNヨガ あかね 15:15～16:15
16:00	ベーシック 塩野貴之 15:50～16:30		
17:00	リラクセーションヨガ 木崎純 16:45～17:45		
18:00			SUN HOT YOGA マリ 18:00～19:00
19:00	アルファビクス 古谷寿美 18:50～19:50	fiveオリエンテーション 19:30～20:00	SUNヨガ45 マリ 19:30～20:15
20:00	リトモス 鈴木浩子 20:00～21:00		
21:00		fiveオリエンテーション 21:00～21:30	
22:00	X55 斉藤裕子 21:15～22:15		
23:00			

火曜日

	スタジオ 1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ
10:00			整理券
11:00	ベーシックバレエ 片山葉子 10:15～11:15	fiveオリエンテーション 11:00～11:30	SUNヨガ 林ともえ 10:30～11:30
12:00	ベーシックステップ 大城戸美香 11:30～12:10		
13:00	チャレンジ 大城戸美香 12:25～13:15		SUN HOT YOGA 福本麻衣子 12:50～13:50
14:00	ダンスエアロビクス(中級) 大城戸美香 13:30～14:20	fiveオリエンテーション 14:00～14:30	SUNヨガ 45 坂元理衣 14:15～15:00
15:00	フラダンス(初級) 藤田麻実 14:30～15:30		
16:00	オリジナルコンディショニング 和田敦子 15:40～16:40		
17:00	ミュージックフローヨガ 安藤康正 16:55～17：25		
18:00			
19:00			
20:00	リラクセーションヨガ 田口晶子 19:45～20:45	fiveオリエンテーション 19:30～20:00	SUNコンディショニング 深谷英美 20:00～20:40
21:00	ラディカルパワー45 安藤康正 21:00～21:45	fiveオリエンテーション 21:00～21:30	SUN HOT YOGA 田口晶子 21:00～21:45
22:00			
23:00			

水曜日

	スタジオ 1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ
10:00	スタートステップ 畑田美紀 10:15～10:45		整理券
11:00	リトモス45 畑田美紀 10:55～11:40	fiveオリエンテーション 11:00～11:30	SUNコンディショニング 茂木大祐 10:30～11:10
12:00	ファイドウ 楫千里 11:55～12:55		SUN HOT YOGA あかね 12:00～13:00
13:00	太極拳(中級) 呉 静 13:10～14:10	ファイブフロアーストレッチ 茂木大祐 13:10～13:40	
14:00	ベリーダンス(中級) ミラ 14:20～15:20	fiveオリエンテーション 14:00～14:30	
15:00			
16:00	オリジナルダンス(フリースタイル) 鈴木悠介 15:30～16:30		SUNヨガ 鈴木麻理絵 16:00～17:00
17:00	ロックダンス(有料) 鈴木悠介 16:45～18:15		
18:00			
19:00	チャレンジ 金濱聡美 19:10～20:00	fiveオリエンテーション 19:30～20:00	SUNヨガ 鈴木恵 19:15～20:15
20:00	チャレンジステップ 金濱聡美 20:10～21:00		
21:00		fiveオリエンテーション 21:00～21:30	SUNコンディショニング 深谷英美 20:50～21:30
22:00	オリジナルヨガ 齊藤恵司 21:15～22:15		
23:00			

金曜日

	スタジオ 1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ
10:00	ビラティス30 真砂史郎 10:15～10:45		整理券
11:00	チャレンジステップ 真砂史郎 10:55～11:45	fiveオリエンテーション 11:00～11:30	SUNヨガ 45 鈴木恵 10:30～11:15
12:00	リラクセーションヨガ 鈴木恵 12:00～13:00		SUN HOT YOGA マリ 12:15～13:00
13:00	リトモス 福山弘剛 13:15～14:15	fiveオリエンテーション 14:00～14:30	SUNヨガ マリ 13:30～14:30
14:00	太極拳(中級) 李 静遠 14:30～15:30		SUN HOT YOGA 鈴木麻理絵 14:45～15:45
15:00	イシュタヨガ アオイ 15:45～17:00		
16:00	オリジナルダンス(テン) 小林圭子 17:15～18:15		
17:00			
18:00			
19:00			SUNヨガ 福本麻衣子 19:30～20:30
20:00	X55 (45) 山川悟史 20:15～21:00	ファイブフロアーストレッチ 安藤康正 20:15～20:45	
21:00	ファイドウ 山川悟史 21:15～22:15	fiveオリエンテーション 21:00～21:30	
22:00			
23:00			

土曜日

	スタジオ 1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ
10:00	太極拳(上級) 野田康太 10:15～11:15		
11:00		fiveオリエンテーション 11:00～11:30	SUNヨガ 林ともえ 11:15～12:15
12:00	リトモス 井戸川有子 11:30～12:30		
13:00	イシュタヨガ 林ともえ 12:45～14:00		SUN HOT YOGA マリ 13:00～13:45
14:00	ベーシックバレエ 佐々木繭子 14:15～15:15	fiveオリエンテーション 14:00～14:30	
15:00	ミュージックフローヨガ 李一美 15:25～15：55		
16:00	パワーカーディオ 李一美 16:10～17:10		SUNヨガ 福本麻衣子 16:25～17:25
17:00			
18:00			
19:00	オリジナルヨガ 木崎純 18:30～19:45		
20:00		fiveオリエンテーション 19:30～20:00	
21:00			
22:00			
23:00			

日曜日

	スタジオ 1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ
10:00	ベーシックバレエ 宇野真奈 10:15～11:15		整理券
11:00		fiveオリエンテーション 11:00～11:30	SUNヨガ 鈴木恵 10:30～11:30
12:00	ベーシックジャズダンス 宇野真奈 11:25～12:25		
13:00	ファイドウ 斉藤裕子 12:45～13:45		
14:00		ファイブフロアーストレッチ 安藤康正 13:30～14:00	
15:00	X55(45) 斉藤裕子 14:00～14:45	fiveオリエンテーション 14:15～14:45	SUNヨガ マリ 14:15～15:15
16:00	オリジナルコンディショニング 澤野敦 15:00～16:00		
17:00	マックス 手塚ちづる 16:15～17:15		SUN HOT YOGA マリ 16:00～16:45
18:00	ベーシックヒップホップ 緒方亜弥佳 17:30～18:30		
19:00			
20:00			
21:00			
22:00			
23:00			

■は初心者・体力に自信がない方向けのレッスンです
■は整理券を配布するレッスンです
■は有料レッスンです

※スタジオへの入場は、開始20分前より整列いただき、レッスン開始5分以降の入場はお断りさせていただきます。
整列時、荷物を置いての場所取りはご遠慮ください。
※SUNヨガ　定員：38名　SUNコンディショニング　定員：25名
上記の5クラスは定員となり次第入場が出来なくなりますので予めご了承ください。
※有料レッスンはフロントで受付いたします。
※SUN HOT YOGAは女性限定のレッスンです。

ご不明な点がございましたらお問合せください　あざみ野店　電話　045-532-3355