

2020年 3月レッスンスケジュール

	月曜日			火曜日			水曜日		
	スタジオ1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ	スタジオ1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ	スタジオ1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ
10:00									
11:00	リラクゼーションヨガ 福本麻衣子 10:15~11:15		整理券	ベージュハレI 片山葉子 10:15~11:15		整理券	スタートアップ 畑田美紀 10:15~10:45		SUNヨガ イヨング 高橋尚哉 10:20~11:00
12:00	健美操 神馬加奈 11:25~12:25	fiveオリエテション 11:00~11:30		fiveオリエテション 11:00~11:30			アスクラ (会員限定) 高橋尚哉 11:30~12:30		
13:00	太極拳(初級) 野田康太 12:35~13:35	ファイブアーツ 李一美 13:00~13:30	SUN HOT YOGA (女性限定) 田口晶子 12:00~13:00	チャレンジ 大城戸美香 12:25~13:15		SUN HOT YOGA (女性限定) 福本麻衣子 12:50~13:50	フィットウ 榎千里 11:55~12:55		SUN HOT YOGA (女性限定) あかね 12:00~13:00
14:00	ハワークーティオ45 内田竜一 13:45~14:30	fiveオリエテション 14:00~14:30		ダンスエアロビクス (中級) 大城戸美香 13:30~14:20		SUNヨガ 45 坂元理衣 14:15~15:00	太極拳(中級) 呉 静 13:10~14:10		
15:00	外モ 福山弘剛 14:45~15:45		SUNヨガ あかね 15:00~16:00	フラダンス(初級) 藤田麻実 14:30~15:30			ベリタニス(中級) ミラ 14:20~15:20		
16:00	ダンスエアロビクス (初級) 福山弘剛 15:55~16:35			オジナル ヨガ イヨング 和田敦子 15:40~16:40			オジナル (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	リラクゼーションヨガ 木崎純 16:50~17:50						ロックダンス(有料) 鈴木悠介 16:45~18:15		
18:00			SUN HOT YOGA (女性限定) マリ 18:00~19:00						
19:00	アルファベクス 古谷寿美 18:50~19:50			リラクゼーションヨガ 田口晶子 19:15~20:15		SUNヨガ 高橋尚哉 19:30~20:10			SUNヨガ 勝野紅音 19:30~20:30
20:00	外モ 鈴木浩子 20:00~21:00	fiveオリエテション 20:00~20:30					fiveオリエテション 20:00~20:30		
21:00				ベージュハレI 久高勝巳 20:30~21:10		SUNヨガ 45 田口晶子 20:40~21:25	チャレンジ 金演聡美 20:10~21:00		SUNヨガ 深谷英美 20:55~21:35
22:00	X55 斉藤裕子 21:15~22:15			ベージュハレI 久高勝巳 21:25~22:05			オジナル 斉藤恵司 21:15~22:30		
23:00									

【あざみ野店】

	金曜日			土曜日			日曜日		
	スタジオ1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ	スタジオ1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ	スタジオ1st	スタジオ2nd	SUNスタジオ
10:00									
11:00	ヒップホップ 真砂史郎 10:15~10:45		整理券	太極拳(上級) 野田康太 10:15~11:15			ベージュハレI 宇野真奈 10:15~11:15		SUNヨガ 鈴木恵 10:30~11:30
12:00	チャレンジ 真砂史郎 10:55~11:45	fiveオリエテション 11:00~11:30		外モ 井戸川有子 11:30~12:30		SUNヨガ 林ともえ 11:15~12:15	ベージュハレI 宇野真奈 11:25~12:25		
13:00	リラクゼーションヨガ 鈴木恵 12:00~13:00		SUN HOT YOGA (女性限定) マリ 12:15~13:00		fiveオリエテション 12:30~13:00		fiveオリエテション 12:30~13:00		
14:00	ベージュハレI 永田由香里 13:15~14:15	fiveオリエテション 14:00~14:30	SUNヨガ マリ 13:30~14:30	iyutaga 林ともえ 12:45~14:00		SUN HOT YOGA (女性限定) マリ 13:00~13:45	フィットウ 斉藤裕子 12:45~13:45		fiveオリエテション 安藤康正 13:30~14:00
15:00	太極拳(中級) 李 静遠 14:30~15:30		SUN HOT YOGA (女性限定) 坂元理衣 14:45~15:45	ベージュハレI 佐々木蘭子 14:15~15:15			X55(45) 斉藤裕子 14:00~14:45		SUNヨガ マリ 14:15~15:15
16:00	iyutaga アオイ 15:45~17:00			のびのび 高橋尚哉 15:25~15:55			オジナル イヨング 澤野敦 15:00~16:00		
17:00				fiveオリエテション 16:00~16:30		SUNヨガ 福本麻衣子 16:25~17:25	マックス 手塚ちづる 16:15~17:15		fiveオリエテション 16:00~16:30
18:00	オジナル (フリー) 小林圭子 17:10~18:10						ベージュハレI 緒方亜弥佳 17:30~18:30		SUN HOT YOGA (女性限定) マリ 16:00~16:45
19:00				オジナル 木崎純 18:30~19:45					
20:00	X55(45) 山川悟史 20:15~21:00	fiveオリエテション 安藤康正 20:15~20:45	SUNヨガ 福本麻衣子 19:30~20:30						
21:00									
22:00	フィットウ 山川悟史 21:15~22:15								
23:00									

■(太極)は初心者・体力に自信がない方でもご参加いただけるレッスンです。
 ■は整理券を配布するレッスンです。
 ■は有料レッスンです。
 ※スタジオへの入場につきましては、開始20分前より整理いただけます。
 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。
 ※整理時、荷物を置いての場所取りはご遠慮ください。
 ※SUNヨガ/SUN HOT YOGA 定員：38名 SUNヨガ イヨング 定員：25名
 上記の3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。
 ※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