【川崎店】4月 暫定版スケジュール

月曜日

場所	クラス	時間	担当
Aスタジオ	太極拳45	09:50~10:35	落合 郁子
Aスタジオ	ヨガ45	10:55~11:40	薬袋 利恵子
Aスタジオ	【MOVEBODY】CONDITION30	11:55~12:25	
Aスタジオ	【MOVEBODY】POWER30	12:40~13:10	
Aスタジオ	【MOVE BODY】FIGHT30	13:25~13:55	
Aスタジオ	BAILA BAILA45	14:15~15:00	長谷川 昌美
Aスタジオ	体育のミカタ キッズ	15:30~16:30	
Aスタジオ	体育のミカタ ジュニアⅠ	16:30~17:30	
Aスタジオ	体育のミカタ ジュニアⅡ	17:30~18:30	
Aスタジオ	【MOVEBODY】POWER30	19:25~19:55	
Aスタジオ	【MOVE BODY】FIGHT45	20:15~21:00	
Aスタジオ	【MOVE BODY】SHAPE30	21:15~21:45	
Bスタジオ	ヒーリングストレッチ45	09:55~10:40	尚武
Bスタジオ	健康エール30	11:00~11:30	
Bスタジオ	ベリーダンス フィットネス	11:50~12:35	相沢 香
Bスタジオ	やさしいジャズダンス	13:00~13:45	構井 晃道
Bスタジオ	【有料】ジャズダンス45	14:00~14:45	構井 晃道
Bスタジオ	キッズダンス キッズ	15:30~16:30	
Bスタジオ	キッズダンス ジュニアⅠ	16:30~17:30	
Bスタジオ	キッズダンス ジュニアⅡ	17:30~18:30	
Bスタジオ	エアロ2	19:15~20:05	種市 沙東梢
Bスタジオ	ヒーリングストレッチ&ヨガ45	20:25~21:10	種市 沙東梢
ジム	Start Fit ~ダイエット~	10:15~10:30	
ジム	Start Fit ~バランス~	10:30~10:45	
ジム	Start Fit ~お腹~	11:55~12:10	
ジム	Start Fit ~ヒップアップ~	12:10~12:25	
ジム	Start Fit ~ダイエット~	20:15~20:30	
ジム	Start Fit ~美脚~	20:30~20:45	
プール	アクア オリジナル30 ~サーキット~	10:30~11:00	越後 和美
プール	アクア ダンス45	11:15~12:00	越後 和美
プール	月替わり泳法30	12:10~12:40	藤林 真人
プール	【有料】月替わり泳法60	12:45~13:45	藤林 真人
プール	【有料】初心者30 (蹴伸び・キック)	19:30~20:00	弘内 玄
プール	【有料】初級30 (クロール・背泳ぎ)	20:05~20:35	弘内 玄
プール	【有料】中級45 (平泳ぎ・バタフライ)	20:40~21:25	弘内 玄
プールKIDS	キッズスイミング	14:15~15:15	
プールKIDS	キッズスイミング	15:15~16:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅠ	16:15~17:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅡ	17:15~18:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅢ	18:15~19:15	

火曜日

場所	クラス	時間	担当
Aスタジオ	HULA HULA	10:00~10:45	ハルナ
Aスタジオ	HATHA YOGA ディープ ブレス フロウ45	11:05~11:50	長谷川 昌美
Aスタジオ	BAILA BAILA45	12:10~12:55	こいしみつこ
Aスタジオ	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE	13:15~14:00	こいしみつこ
Aスタジオ	体育のミカタ キッズ	15:30~16:30	
Aスタジオ	体育のミカタ ジュニアⅠ	16:30~17:30	
Aスタジオ	体育のミカタ ジュニアⅡ	17:30~18:30	
Aスタジオ	BAILA BAILA45	19:00~19:45	森川 由美子
Aスタジオ	【MOVE BODY】POWER30	20:05~20:35	
Aスタジオ	【MOVE BODY】FIGHT45	20:55~21:40	
Bスタジオ	エアロ2	10:00~10:50	長谷川 昌美
Bスタジオ	アロマヒーリング ストレッチ45	11:10~11:55	ハルナ
Bスタジオ	FAST WALK30	12:15~12:45	
Bスタジオ	【MOVE BODY】FIGHT45	13:05~13:50	
Bスタジオ	【有料】フラエレガンス スクール	14:10~14:55	鈴木 美喜代
Bスタジオ	キッズバレエ キッズ	15:30~16:30	
Bスタジオ	キッズバレエ ジュニアⅠ	16:30~17:30	
Bスタジオ	キッズバレエ ジュニアⅡ	17:30~18:30	
Bスタジオ	【MOVE BODY】CONDITION30	19:10~19:40	
Bスタジオ	オリエンタルヨガ45	19:55~20:40	森田 昌治
Bスタジオ	【有料】イシュタヨガ スクール	20:55~21:55	森田 昌治
ジム	TIPNESS肩らく体操		
ジム	TIPNESS肩らく体操		
ジム	Start Fit ~ダイエット~	11:15~11:30	
ジム	Start Fit ~美脚~	11:30~11:45	
ジム	ストレッチ15	12:00~12:15	
ジム	ストレッチ15	12:15~12:30	
ジム	SPARTAN BODY15	20:15~20:30	
ジム	Start Fit ~ヒップアップ~	20:30~20:45	
プール	【有料】中上級 4泳法60 (泳ぎこみ)	12:35~13:35	谷田 郁子
プール	ウォーク&ジョグ・ベーシック	13:45~14:05	松原 香
プール	ウォーターラッシュ	14:10~14:40	松原 香
プールKIDS	キッズ 幼稚園授業	10:00~10:45	
プールKIDS	ベビースイミング45	11:00~11:45	
プールKIDS	キッズスイミング	15:15~16:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅠ	16:15~17:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅡ	17:15~18:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅢ	18:15~19:15	

水曜日

場所	クラス	時間	担当
Aスタジオ	FAST WALK30	10:15~10:45	
Aスタジオ	エアロ1	11:05~11:45	井上 恵
Aスタジオ	【MOVE BODY】DANCE45	12:05~12:50	井上 恵
Aスタジオ	【MOVE BODY】SHAPE45	13:05~13:50	
Aスタジオ	カラダほぐすヨガ45	14:10~14:55	浜口 奈月
Aスタジオ	体育のミカタ キッズ	15:30~16:30	
Aスタジオ	体育のミカタ ジュニアⅠ	16:30~17:30	
Aスタジオ	体育のミカタ ジュニアⅡ	17:30~18:30	
Aスタジオ	エアロ2	19:05~19:55	津田 高行
Aスタジオ	ステップ1	20:15~20:55	津田 高行
Aスタジオ	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE	21:15~22:00	kanako
Bスタジオ	バレエ60	09:55~10:55	加藤 理恵
Bスタジオ	【有料】バレエ ~ヴァリエーション~	11:05~11:50	加藤 理恵
Bスタジオ	健康エール30	12:10~12:40	
Bスタジオ	BtoBバランス	13:00~13:45	浜田 亜希
Bスタジオ	【有料】全国どこでも BAILA BAILA スクール60 ※4週目のみ開講	14:00~15:00	
Bスタジオ	キッズチアダンス 選抜75	16:15~17:30	
Bスタジオ	キッズチアダンス 選抜90	17:30~19:00	
Bスタジオ	【MOVE BODY】FIGHT30	19:30~20:00	
Bスタジオ	【MOVE BODY】DANCE45	20:15~21:00	kanako
ジム	免疫ケア体操	11:05~11:25	
ジム	ストレッチ20	11:25~11:45	
ジム	Start Fit ~お腹~	20:15~20:30	
ジム	SPARTAN BODY15	20:30~20:45	
プール	【有料】初中級4泳法	11:00~11:45	
プール	クロール30	12:10~12:40	
プール	アクアミット+F	13:15~13:45	中村 文保
プール	アクアダンス30	13:55~14:25	中村 文保
プール	クロール30	19:30~20:00	
プールKIDS	キッズ 幼稚園授業	10:45~11:30	
プールKIDS	キッズスイミング	11:45~12:45	
プールKIDS	キッズスイミング	15:15~16:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅠ	16:15~17:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅡ	17:15~18:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅢ	18:15~19:15	

木曜日

場所	クラス	時間	担当
Aスタジオ	太極拳60	09:55~10:55	羅 競
Aスタジオ	【有料】太極拳75	11:00~12:15	羅 競
Aスタジオ	【MOVEBODY】POWER30	12:30~13:00	
Aスタジオ	ステップ1	13:20~14:00	斉藤 朋子
Aスタジオ	ヨガ45	14:15~15:00	斉藤 朋子
Aスタジオ	体育のミカタ キッズ	15:30~16:30	
Aスタジオ	体育のミカタ ジュニアⅠ	16:30~17:30	
Aスタジオ	体育のミカタ ジュニアⅡ	17:30~18:30	
Aスタジオ	BAILA BAILA45	19:10~19:55	高 いづみ
Aスタジオ	オリジナル ワークアウト30	20:15~20:45	栗原 浩一
Aスタジオ	【MOVE BODY】POWER45	21:05~21:50	
Bスタジオ	カラダしぼる YOGA45	10:00~10:45	清永 亜希子
Bスタジオ	やさしい ジャズダンス	11:05~11:50	渡辺 知英子
Bスタジオ	リラックスストレッチ45	12:10~12:55	渡辺 知英子
Bスタジオ	【MOVE BODY】FIGHT45	13:15~14:00	
Bスタジオ	ベリーダンス フィットネス45	14:20~15:05	こいし みつこ
Bスタジオ	チアダンス キッズ	15:40~16:40	
Bスタジオ	チアダンス ジュニアⅠ	16:40~17:40	
Bスタジオ	チアダンス ジュニアⅡ	17:40~18:40	
Bスタジオ	FAST WALK30	19:30~20:00	
Bスタジオ	エアロ1	20:15~20:55	Limi
Bスタジオ	PILATES BODY MAKE30	21:10~21:40	Limi
ジム	Start Fit ~お腹~	11:15~11:30	
ジム	Start Fit ~姿勢~	11:30~11:45	
ジム	Start Fit ~バランス~	12:00~12:15	
ジム	Start Fit ~バランス~	20:15~20:30	
ジム	Start Fit ~ダイエット~	20:30~20:45	
プール	ベビースイミング45	10:00~10:45	
プール	キッズスイミング	11:00~12:00	
プール	ウォーク&ジョグ30	12:30~13:00	
プール	アクアミット・ベーシック20	13:10~13:30	
プール	はじめてスイム20	13:40~14:00	
プール	クロール入門30	14:05~14:35	
プール	初中級 バタフライ	19:30~20:00	
プールKIDS	キッズスイミング	15:15~16:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅠ	16:15~17:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅡ	17:15~18:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅢ	18:15~19:15	

土曜日

場所	クラス	時間	担当
Aスタジオ	ステップ2	09:55~10:45	長谷川 昌美
Aスタジオ	【MOVE BODY】POWER45	11:05~11:50	
Aスタジオ	【MOVE BODY】DANCE45	12:15~13:00	奈良 夢
Aスタジオ	アクティブ ストレッチ30	13:15~13:45	
Aスタジオ	BAILA BAILA45	14:05~14:50	ハルナ
Aスタジオ	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE	15:10~15:55	ハルナ
Aスタジオ	FAST WALK30	16:15~16:45	
Aスタジオ	【MOVE BODY】SHAPE30	17:00~17:30	
Aスタジオ	【MOVE BODY】FIGHT45	17:45~18:30	
Aスタジオ	ヒーリングストレッチ30	18:45~19:15	
Bスタジオ	美姿勢ワークアウト	10:05~10:50	奈良 夢
Bスタジオ	HULA HULA	11:10~11:55	奈良 夢
Bスタジオ	【MOVE BODY】FIGHT45	12:15~13:00	
Bスタジオ	エアロ1	13:15~13:55	浜口 奈月
Bスタジオ	カラダほぐすYOGA45	14:15~15:00	浜口 奈月
Bスタジオ	【MOVE BODY】CONDITION45	15:20~16:05	浜口 奈月
Bスタジオ	[キッズ] 空手	16:30~17:30	
Bスタジオ	[キッズ] 空手 中上級	17:30~19:00	
ジム	SPARTAN BODY15	14:00~14:15	
ジム	Start Fit ~ダイエット~	14:15~14:30	
ジム	Start Fit ~美脚~	14:30~14:45	
ジム	Start Fit ~姿勢~	15:40~15:55	
ジム	Start Fit ~バランス~	17:10~17:25	
プールKIDS	キッズスイミング	9:00~10:00	
プールKIDS	キッズスイミング	10:15~11:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅠ	11:30~12:30	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅡ	12:45~13:45	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅢ	13:45~14:45	
プールKIDS	キッズスイミング	15:15~16:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅠ	16:30~17:30	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅡ	17:45~18:45	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅢ	18:45~19:45	

日曜日

場所	クラス	時間	担当
Aスタジオ	【MOVE BODY】SHAPE45	10:00~10:45	長谷川 昌美
Aスタジオ	ステップ1	11:05~11:45	吉岡 茂広
Aスタジオ	エアロ2	12:05~12:55	吉岡 茂広
Aスタジオ	【MOVE BODY】POWER45	13:15~14:00	
Aスタジオ	【MOVE BODY】FIGHT45	14:20~15:05	
Aスタジオ	BAILA BAILA45	15:25~16:10	Sonokka
Aスタジオ	【有料】全国どこでも BAILA BAILA スクール 毎月第2・4週目実施	16:30~17:30	Sonokka
Bスタジオ	カラダほぐすYOGA45	10:05~10:50	武守 佑真
Bスタジオ	【MOVE BODY】CONDITION45	11:10~11:55	長谷川 昌美
Bスタジオ	HATHA YOGA ディープ ブレス フロウ45	12:15~13:00	長谷川 昌美
Bスタジオ	【有料】コンテンポラリー ダンス60	13:20~14:20	広田 恵理子
Bスタジオ	はじめてバレエ30	14:30~15:00	広田 恵理子
Bスタジオ	【有料】バレエ120	15:10~17:10	広田 恵理子
ジム	Start Fit ~お腹~	11:10~11:25	
ジム	Start Fit ~ヒップアップ~	11:25~11:40	
ジム	Start Fit ~ダイエット~	12:10~12:25	
ジム	Start Fit ~バランス~	12:25~12:40	
ジム	SPARTAN BODY15	12:40~12:55	
ジム	免疫ケア体操	15:10~15:30	
ジム	ストレッチ20	15:30~15:50	
プール	【有料】初心者30 (蹴伸び・キック)	16:35~17:05	弘内 玄
プール	【有料】初級30 (クロール・背泳ぎ)	17:10~17:40	弘内 玄
プールKIDS	ベビースイミング45	9:30~10:15	
プールKIDS	キッズスイミング	10:45~11:45	
プールKIDS	キッズスイミング	12:00~13:00	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅠ	13:15~14:15	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅡ	14:30~15:30	
プールKIDS	ジュニアスイマーⅢ	15:30~16:30	
プールKIDS	【有料】キッズスイム ~TOPスイマー~	16:30~17:45	