## ティップネス木場店 2022年4月スケジュール 暫定版

月曜日						水曜日						木曜日							金曜日					土曜日						日曜日					
Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX	_	プールA	プールB	Aスタジオ	Bスタジオ	_	_	プールA	ブールB	Aスタジオ	Bスタジオ		_	プールA	プールB	Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX		プールA	プールB	Aスタジオ	Bスタジオ	_	577	プールA	プールB	Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX		ールA プー	-JJB
15 30 45																								キッズ体育のミカタ 9:15~10:15	カラヴほぐす YOGA45 09:15~10:00 AZUSA	【有料】 マグマヨーガ骨盤調	9	キッズスイミング 9:15~10:15		HATHA YOGA ディーブブレス フロ ウ45 09:20~10:05 新井 由美子	シェイピング45	[有料] [HOTLUX]	キッズス 9:00〜	イミング -10:00	10
30 やさしいバレエ 10:15~11:00 45 柴田 真奈美	健康エール45 10:15~11:00 武藤 将徳	[HOILUX]	-	ベビースイミング 10:30~11:15		3ガ45 10:15~11:0 杉崎 奈穂	(有料) UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE有料 グラス30 0 10:20~10:50 kanako	[有料]		ベビースイミング 10:30~11:15		エアロ1 10:15~10:55 江田 真代	リプレッシュ体操 10:15〜11:0 屋宜 佐英子	(有料) [HOTLUX]	健康エール30 10:20~10:50	設貸出し	アクアミット+F30 10:30~11:00 小堀 民子	3ガ45 10:15~11:00 杉崎 奈穂	太極拳45 10:15~11:00 于華		健康I-ル30 10:20~10:50 中下 舞	ベビースイミング 10:30~11:15	フィンスイム30 -10:15~10:45 村川 敦彦	キッズ体育のミカタ 10:15~11:15	エアロ1 10:20~11:00 横瀬 弘樹	整 09:30~10:30 金親 佐知子		キッズスイミング 10:15~11:15		1702	99:45~10:30 機瀬 市佳	脂肪燃烧3ガ 09:30~10:30 加藤 智枝	キッズス・	イシグ ~11:00	
15 30 [MOVE BODY] POWER30 11:20~11:50 武藤 将徳	【有料】 バレエセンタース クール	しなやか美术ディヨ ガ 10:30~11:30 室安 砂橋	_	-	スキルアップ60 10:30〜11:30 齊藤 路恵	MUSIC WOR DANCE 11:15~12:0	健康エール30 11:15~11:45 矢野 寛子	マグマヨーガデトック ス 10:30~11:30 KAZU			10:30~11:30 綿野 秀則	[MOVE BODY] FIGHT30 11:15~11:45	[有科]	しなやか美术ディ: ガ 10:30~11:30 鈴木 まり子			アクアダンス45 11:10~11:55 小堀 民子	ペリーダンスフィット ネス 11:15~12:00 和佳子	[有料] HIPHOP有料 11:20~12:05	ス 10:30~11:30 阪本 のりこ	【有料】 太極拳扇45 11:20~12:05		[有科] 4泳法 10:55~11:55	キッズ体育のミカタ 11:15~12:15	ステップ 1 11:20~12:00 継報 引. お掛	[有料] [HOTLUX] しなやか美术ディヨガ 11:00~12:00		キッズスイミング 11:15~12:15		10:35~11:25 新井 由美子	HIPHOP45 10:50〜11:35 小川 ゆり	【有料】 マグマヨーガリラック ス 11:00~12:00 加藤 智枝	10:45~11:15 横瀬 市佳		
15 骨盤リズムダイエッ ト45 12:05~12:50 S A E	【有料】 バレエポワントス クール	- リンパデトックスヨガ 12:00~13:00 AZUSA	ステージサイクル30 12:10~12:40		- 11:45~12:15 佐藤 宣子	[MOVE BOD'		【有料】 マグマヨーガリラック ス 12:00~13:00 KAZU			アクアミット+F30 11:45~12:15 阿部 浩美 アクアダンス30 12:25~12:55 阿部 浩美	ステップ 1 12:15~12:55 江田 真代	骨盤リズムダイエ ト45 12:15~13:0 鈴木 まり子	12:00-13:00			[有料] 4泳法 12:10~13:10 村川 敦彦	ステップ 1 12:20~13:00	UNIVERSAL MUSIC WORLI	【有料】 【HOTLUX】 美姿勢エクササイ ズ )12:00~13:00	于華 -		【有料】 コンディショニング水 泳 12:05~13:05		[有料] 週替わりレギュラ・ 偶数日エアロ& #			キッズスイミング 12:15~13:15		UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 11:55~12:40 小川 ゆり	プ! 初中級編	7		[有料] 初・中級 トレッスン	及ワンポイン
15 30 13:10~13:50 増井 久美子	木場でベリータンス 13:15~14:00	【有料】	_		佐藤 宣子	エアロ2 13:10~14:0 横瀬 弘樹	0 [MOVE BODY FIGHT30	1				カラダレぼる YOGA30 13:15~13:45 岩月 穂波	太極拳30				村川 敦彦	HULA HULA 13:15~14:00	12:25~13:10 小川 ゆり	-			村川 敦彦 アクアミット+F30	12.13 -13.13	12:20~13:10 横瀬 弘樹 	7973-7999 Z 12:30~13:30 — A s a m i		キッズスイミング		カラダレぼる YOGA30 13:00~13:30 岩月 穂波	【有料】 ステップ1.5 - 13:00~13:45 三木田 和香奈	【有料】 マグマヨーガデトック ス 12:30~13:30 鈴木 真弓			~13:15
15 カラダほぐす 30 YOGA45 14:10~14:55 45 増井 久美子	ベリーダンスフィット	(HOTLUX) 美姿勢エクササイ ズ 13:30~14:30 貝谷 有希			アクアオリジナル 〜スードル45〜 14:15〜15:00 塚田 美香	やさしいバレエ 14:15〜15:0 八木 真梨子	13:25~13:55 0 ストレッチ30 14:25~14:55 横瀬 市佳	[HOTLUX] リンパデトックスヨガ 13:30~14:30 Mamii	j		14:10~14:30	HULA HULA 14:00~14:45 野崎 夏子	【有料】 太極拳剣45 14:00~14:4 寿磨	[有料] [HOTLUX] 機能改善エクササ イズ 13:30~14:30 機綱 市佳	)		【有料】 めざセクロール25M 14:25~14:55 川崎 潤史	/0.145	堀井 敏責 骨盤リズムタイエット45 14:15~15:00 新公 乗乃	【有料】 マグマヨーガ骨盤調整 13:30~14:30 和佳子			13:35~14:05 寺本 強	UNIVERSAL MUSIC WORLE DANCE 13:45~14:30 S A E	カラダしぼる	【有料】 マグマヨーガ骨盤調整 14:00~15:00 内田 宗子	全身シェイプ 14:25~14:45	13:15~14:15		FULLSTEP MOVEMENT 13:50~14:35 岩月 穂波	[MOVE BODY FIGHT30 14:10~14:40	フガフコーガベーミル	14:00-45:00	開放	14: 1∆ ⊐−Z ~15:00
15 30 45 5:00 キッズ体育のミカタ	キッズチアダンスキ:			キッズスイマー 14:30~15:30 キッズスイミング		キッズ体育のミカ 15:30~16:3	[有料] パレエセンタース ケール 15:15~16:15 0 八木 真梨子	Mamii		キッズスイマー 14:30~15:30 キッズスイミング	4泳法 14:35~15:35 綿野 秀則	キッズ体育のミカタ 15:30~16:30		[有料] [HOTLUX] 美姿勢エクササイ ズ 15:00~16:00 滝口 智心	###	キッズスイミング	【有料】 平泳ぎのキック 15:00~15:30 川崎 潤史	14:30~15:15 佐々木 美緒 [有料] バレエセンタース クール	キッズストリートダン	15:00~16:00 庄林 鼓	Fategal 1	キッズスイミング		ベリーダンスフィット ネス 14:50~15:35 S A E		【有料】 【HOTLUX】	14:50~15:05	14:30~15:30 +ッズスイミング		カラダほぐす YOGA45 15:00〜15:45 岩月 穂波	HULA HULA 15:00~15:45 野﨑 夏子	【有料】 【HOTLUX】		アクアダン。 15:15〜 栗山 秀	~16:00
15 30 45 ::oo キッズ体育のミカタ	15:30~16:30 キッズチアダンスジ: フ ニア 16:30~17:30	【有料】 HOTLUXプリー利 用30 16:30~17:00	-	15:30~16:30 キッズスイミング 16:30~17:30			【有料】 バレエポワントス ケール 16:25~16:55 ウ 八太 喜型子	【有料】 【HOTLUX】 脂肪燃烧3扩		15:30~16:30 = キッズスイミング 16:30~17:30		キッズ体育のミカタ	ジャイアンツヴィ- ス ダンススケール(+)	-ナ 【有料】 小 HOTLUXフリー利	1	15:30~16:30 +ッズスイミング 16:30~17:30	_	15:30~16:30 佐々木 美緒 【有料】 パレエポワント 16:45~17:15	15:30~16:30 キッズストリートダンスジュニア I	,		15:30~16:30 キッズスイミング 16:30~17:30		[MOVE BODY] POWER45 15:55~16:40 植松 龍太郎	【有料】 木場でベリーダン 15:50~16:35 S A E	脂肪燃焼ヨガ ス 15:30~16:30 鈴木 まり子	_	15:30~16:30 キッズスイミング 16:30~17:30		[MOVE BODY] POWER45 16:05~16:50 武藤 将德	【有料】 フラダンス 16:00~17:00 野崎 夏子	リンパデトックスヨガ 15:30~16:30 AZUSA			17
15 30 45 45	キッズチアダンスジ	1	_	キッズスイミング 17:30~18:30		キッズ体育のミカ 17:30~18:3		16:30~17:30 Mamii	_	- キッズスイミング		キッズ体育のミカタ 17:30~18:30	,	用 16:30~17:30		<b>ーキッズスイミング</b>	_	10:45~17:15 佐々木 美緒	16:30~17:30 = ****  ****  ****  ****  ****  17:30~18:30	【有料】 		- キッズスイミング		[MOVE BODY] FIGHT45 17:00~17:45 港口 智心	骨盤リズムダイエ: ト45 16:55~17:40 S A E	【有料】 【HOTLUX】 マインドフロー3が 17:00~18:00 小川 枝里		キッズスイミング		[MOVE BODY] FIGHT45 17:15~18:00 櫻井 悠乃	-	【有料】 【HOTLUX】 しなやか美ポディヨ ガ 17:00~18:00 AZUSA			18
17.30°016.30 15 30 45	17.30~16.30	【HOTLUX】 リンパデトックスヨガ 17:45~18:45 郡山 恵	-	キッズスイミング 18:30~19:30			【有料】 ヴィンヤサ3ガ45 18:15~19:00 三木田 和香奈			17:30~18:30 キッズスイミング 18:30~19:30	-			[有料] HOTLUXフリー利 用30 18:00~18:30		17:30~18:30 キッズスイミング 18:30~19:30	_	カラダはぐす YOGA30 18:20~18:50 岩月 穂波		-		17:30~18:30 キッズスイミング -18:30~19:30	スイムトレーニング	ステップ1 18:15~18:55 三木田 和香奈	45	λ .	-	17:30~18:30 キッズスイミンヴ 18:30~19:30							19
15 [MOVE BODY] 30 POWER45 19:10~19:55 港口 智心		【有料】 マグマヨーガ骨盤調整 19:15~20:15 郡山 恵			19:00~20:00 綿野 秀則	DANCE	LD FIGHT45 19:15~20:00 近藤 隆史	【有料】			アクアダンス45	[MOVE BODY] POWER45 19:20~20:05 矢野 寛子	745	70 [有料]	ステージサイクル: 19:20~19:50	30	【有料】 泳ぎの基礎 19:30~20:00 麻生 剛弘	ステップ 2 19:20~20:10 森山 誠子	ベリーダンスフィット ネス 19:15~20:00 目野 陽子	「有料】 マグマヨーガ骨盤調整 19:00~20:00 吉田 みゆき	シェイピング30		川町 減史	19:15~20:00	ヴィンヤサヨガ	18:30~19:30 小川 枝里	_								20
15 30 [MOVE BODY] FIGHT45 45 20:15~21:00 滝口 智心	UNIVERSAL MUSIC	[有料]			20.10 -20.33	FULLSTEP MOVEMENT 20:25~21:1 大谷 知加	HATHA YOGA ディーブ ブレス フ ウ45 20:20~21:05 三木田 和香奈		ステージサイクル30 20:20~20:50 横瀬 市佳	0		[MOVE BODY] FIGHT45 20:25~21:10		0 [有料]			【有料】 スピードアップ60 20:10~21:10 麻生 剛弘	エアロ2 20:25~21:15 森山 誠子	[有料] ペリーダンス60 20:15~21:15 目野 陽子	【有料】 マグマ3ーガデトック ス 20:30~21:30			川崎 潤史 上級スイム コース												21
15 UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 21:15~22:00 めり		マグマヨーガデトック ス 20:45~21:45 桜井 美悪				【有科】 オリジナルエアロ: 21:30~22:2 大谷 知加	シェイピング30 21:25~21:55 50	マグマヨーガリラック ス 			上級スイム コース 開放 20:45~21:45			マグマヨーガベーシ ク 20:45〜21:45 内田 宗子				【有料】 ステップ1.3~1.5 21:30~22:20 森山 誠子		吉田 みゆき			開放 20:40~21:40												22
15 30 45						7403E												90.3																	23