

# STUDIO SCHEDULE

## 筑紫野福岡

## 2021.6

	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)	
	10:00 OPEN		休館日	10:00 OPEN				
10:00			10:00	※時間変更が多数ございます。 お時間お間違えの無いようお願い致します。				10:00
10:30			10:30					10:30
11:00	㊟ ばわーヨガ 10:45~11:30 徳田 ★★	㊟ スマイルエアロ 10:30~11:15 泉		㊟ リラックスヨガ 10:30~11:15 平川	㊟ フラダンス 10:30~11:15 yoshino	㊟ Bodyバランス&エアロ 10:30~11:15 藤田 ★~★★	㊟ ホールストレッチ 10:45~11:15 スタッフ ★	11:00
11:30			11:30					11:30
12:00	㊟ ファットバーンエアロ 11:45~12:30 徳田 ★~★★	㊟ スリムスリム 11:30~12:15 村井 ★★★		㊟ ZUMBA 11:30~12:15 奈良崎 ★★	㊟ スリムスリム 11:30~12:15 渡辺 ★★★	㊟ アクティブヨガ 11:30~12:15 平川 ★★	㊟ ZUMBA 11:45~12:30 稲富 ★★	12:00
12:30			12:30					12:30
13:00	㊟ ピラティス 12:45~13:30 HIROE	㊟ エンジョイSTEP 12:30~13:15 村井 ★		㊟ 太極拳 12:30~13:15 早田	㊟ ボディコンディショニング 12:30~13:15 平井	㊟ レズミルスコア 12:30~13:00 平川 ★~★★		13:00
13:30			13:30				㊟ SH'BAM45 13:00~13:45 藤田 ★~★★	13:30
14:00	㊟ ZUMBA 13:45~14:30 長谷川 ★★	㊟ ボディメイクコア 13:45~14:30 徳田 ★		㊟ ユニバーサル ヨガアース 13:30~14:15 麻植	㊟ 骨盤EX 13:30~14:15 伊藤	㊟ ボディパンプ45 13:15~14:00 メトード ★~★★		14:00
14:30			14:30					14:30
15:00	㊟ ヨガ 14:45~15:30 長谷川	㊟ ファンキーダンス 14:45~15:30 藤田		㊟ ZUMBA 14:30~15:15 COCO ★★	㊟ ボディパンプ45 14:30~15:15 横尾 ★~★★	㊟ ボディコンバット45 14:15~15:00 横尾 ★~★★	㊟ サルセッション 14:15~15:00 白武 ★~★★	15:00
15:30			15:30					15:30
16:00	㊟ ボディコンバット30 15:45~16:15 倉橋 ★~★★	㊟ ボディパンプ30 15:45~16:15 メトード ★~★★		㊟ ボディコンバット30 15:30~16:00 横尾 ★~★★	㊟ ボディアタック30 15:30~16:00 倉橋 ★~★★	㊟ ボディアタック45 15:15~16:00 倉橋 ★~★★	㊟ ボディコンバット45 15:30~16:15 倉橋 ★~★★	16:00
16:30			16:30					16:30
17:00			17:00					17:00
17:30	有料スクール		17:30	有料スクール				17:30
18:00	マスタージャパン福岡 【キッズ柔術クラス】 17:15~18:30		18:00	マスタージャパン福岡 【キッズ柔術クラス】 17:15~18:30	新しいスタジオ様式ではじめよう 感染を防ぐために以下のご理解の上ご参加ください。 ・スタジオ内換気、消毒実施のためレッスン間隔をあけております。 ・長時間の密を避けるため最大 4 5分レッスンとなります。 ・各クラス定員 3 5 名となります。(所定の位置で受講下さい) ・ひとつ前レッスン開始15分後~所定の場所にて整理券配布 (朝一クラスは10:00~、夜一クラスは19:00~) ・各クラス 1 5 分前に所定の位置に整列お願い致します。 ※日曜日のZUMBAは10:00~フロントにて整理券配布致します。			18:00
18:30			18:30					18:30
19:00			19:00					19:00
19:30			19:30					19:30
20:00	㊟ ボディパンプ30 19:30~20:00 メトード ★~★★	㊟ アクティブヨガ 19:30~20:15 平川 ★★		㊟ ボディパンプ45 19:30~20:15 メトード ★~★★	㊟ スリムスリム 19:30~20:15 村井 ★★★		20:00 CLOSE ※マシンジム利用は19:30まで	20:00
20:30	㊟ SH'BAM45 20:15~21:00 藤田 ★~★★		20:30	㊟ ボディコンバット45 20:30~21:15 富岡 ★~★★	㊟ ボディアタック45 20:30~21:15 齋藤 ★★	21:00 CLOSE ※マシンジム利用は20:30まで		20:30
21:00		㊟ レズミルスコア 20:30~21:00 平川 ★~★★	21:00					21:00
21:30	㊟ ZUMBA 21:15~22:00 井上 ★★	㊟ ボディパンプ45 21:15~22:00 横尾 ★~★★	21:30	㊟ レズミルスコア 21:30~22:00 富岡 ★~★★	㊟ ボディコンバット30 21:30~22:00 齋藤 ★~★★		★初級 ★★中級 ★★★上級 ★~★★★強度調整可 ㊟初心者	21:30
22:00			22:00					22:00
22:30			22:30					22:30
23:00	23:00 CLOSE ※マシンジム利用は22:30まで							23:00

㊟ アクティブ系

㊟ コンディショニング系

㊟ リラクゼーション系

有料スクール

☎ 092-919-0115

福岡県筑紫野市美しが丘南1-12-1  
筑紫野ベレッサ地下2F