

月		火		水		木		金		土		日	
千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音
◆担当講師				1		2		3		4		5	
三尾幸子						10:30-12:00 初級		10:30-12:00 大嶋先生ネオクラ		9:30-11:00 入門超初級	10:00-11:30 Sクラス	9:30-11:00 入門超初級	
藤村奈穂子				11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA		13:00-14:00 幸子リハ		11:15-12:15 入門P	11:45-12:45 プレP	11:15-12:45 バー&PA	
大下智子								14:30-15:30 りずリハ		12:30-14:00 プラI II		13:00-15:00 大人I特練	
近永朋香								15:30-16:30 みひろリハ		14:30-16:00 初級		15:30-16:30 ブルバ振付	
				16:00-17:00 エンジェル		15:30-16:30 みひろリハ		17:00-18:30 プレI II		16:15-17:15 PA		16:30-18:00 ハド、海振付	
				17:00-18:30 プレII	17:30-19:30 Sクラス	17:00-18:30 プレI		18:30-18:50 ブルバ		17:30-18:00 大人I特練		18:00-20:00 船子、大花振付	
				18:30-20:00 Jr		18:30-19:15 みひろ、りず		19:00-20:30 大嶋先生コンテ		19:15-20:45 Jr			
				20:00-21:30 バー&ピラティス調音		19:30-21:00 超初級				21:00-22:00 船、六、ゆり			
6		7		8		9		10		11		12	
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門				10:30-12:00 初級				9:30-11:00 入門超初級	10:00-11:30 Sクラス	9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA				11:15-12:15 入門P	11:45-12:45 プレP	11:15-12:45 バー&PA	
		13:30-15:00 ピラティス				13:30-14:30 Vaクラス				12:30-14:00 プラI II		13:00-15:00 大人I特練	
								17:00-18:30 プレI II		14:30-16:00 初級			
17:00-18:30 キッズP				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 ブルバ		16:15-17:15 PA			
18:30-19:00 キョビV				17:00-18:30 プレII	17:30-19:30 Sクラス	17:00-18:30 プレI		18:30-19:00 ブルバ		17:30-19:00 大人I特練			
19:15-20:45 Jr		17:00-18:30 プレI		18:30-20:00 Jrピラティス		18:30-19:15 みひろ、りず		19:15-20:45 キッズ・ジュニア		19:15-20:45 Jr			
21:00-22:00 森・ドル・ソロV		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 ピラティス		19:30-21:00 超初級		21:00-22:00 ハド、海		21:00-22:00 船、六			
13		14		15		16		17		18		19	
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門								9:30-11:00 入門超初級	10:00-11:30 Sクラス	9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		10:30-12:00 初級				11:15-12:15 入門P	11:45-12:45 プレP	11:15-12:45 バー&PA	
		13:30-15:00 バー&ピラティス調音				12:15-13:15 PA				12:30-14:00 プラI II		13:00-15:00 大人I特練	
						13:30-14:30 Vaクラス				14:30-16:00 初級			
17:00-18:30 キッズP				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 プレI II		16:15-17:15 PA			
18:30-19:00 キョビV				17:00-18:30 プレII	17:30-19:30 Sクラス	17:00-18:30 プレI		18:30-19:00 ブルバ		17:30-19:00 大人I特練			
19:15-20:45 Jr		17:00-18:30 プレI		18:30-20:00 Jr		18:30-19:15 みひろ、りず		19:15-20:45 キッズ・ジュニア		19:15-20:45 Jr			
21:00-22:00 森・ドル・ソロV		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 バー&ピラティス調音		19:30-21:00 超初級		21:00-22:00 ハド、海		21:00-22:00 船、六			
20		21		22		23		24		25		26	フラップ東京
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門				10:30-12:00 初級				9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA				11:15-12:15 入門P		11:15-12:45 バー&PA	
		13:30-15:00 バー&ピラティス調音				13:30-14:30 Vaクラス				12:30-14:00 プラI II		13:00-15:00 大人I特練	
								17:00-18:30 プレI II		14:30-16:00 初級			
17:00-18:30 キッズP				16:00-17:00 エンジェル				17:00-18:30 ブルバ		16:15-17:15 PA			
18:30-19:00 ブルバ				17:00-18:30 プレII		17:00-18:30 プレI		18:30-19:00 ブルバ		17:30-19:00 大人I特練			
19:15-20:45 Jr		17:00-18:30 プレI		18:30-20:00 Jr		18:30-19:15 みひろ、りず		19:15-20:45 キッズ・ジュニア		19:15-20:45 Jr			
21:00-22:00 森・ドル・ソロV		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 バー&ピラティス調音		19:30-21:00 超初級		21:00-22:00 ハド、海		21:00-22:00 ベザ、船、六			
27		28											
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門		<p>ピラティスクラスはヨガマットが必要です。</p> <p>受講される方は各自でお持ちください。</p> <p>大人I特練は発表会練習のクラスです。</p> <p>日曜日のVaクラスはお休みです。木曜日のVaクラスは事前申込等必要ありません。ぜひ挑戦してみてくださいね。</p> <p>単品練習はピケターンです。</p> <p>日曜日のレッスン時間が変更になっております。</p>									
12:15-13:15 PA													
		13:30-15:00 バー&ピラティス調音											
17:00-18:30 キッズP													
18:30-19:00 ブルバ(キョビV)													
19:15-20:45 Jr		17:00-18:30 プレI											
21:00-22:00 森・ドル・ソロV		19:30-21:00 バー&PA											