

今月のスタジオプログラム

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
11:00	VTM AERO 15 10:30-10:45	清水 青竹ピクス 15 10:30-10:45		奥田 バランスコーディ ネーション45 10:30-11:15	福原 バランスコーディ ネーション45 10:30-11:15	清水 OXIGENO 45 10:30-11:15	岡本 FIGHT DO 45 10:30-11:15
12:00	清水 OXIGENO 45 11:00-11:45	清水 adidasGYM&RUN 15 11:00-11:15		奥田 青竹ピクス 15 11:30-11:45	都築 MEGADANZ 45 11:30-12:15	清水 adidasGYM&RUN 15 11:30-11:45	VTM MEGADANZ 45 11:30-12:15
13:00	福原 青竹ピクス 15 12:00-12:15	清水 OXIGENO エレメント・30 11:30-12:15		奥田 adidasGYM&RUN 15 12:00-12:15	福原 POWER CARDIO 30 12:30-13:00	VTM HYPER C 30 12:00-12:30	VTM ELEVEN 30 12:30-13:00
14:00	福原 UBOUND 30 12:30-13:00	VTM MEGADANZ 30 12:30-13:00		福原 POWER CARDIO 30 12:30-13:00	都築 UBOUND 30 12:30-13:00		
15:00	福原 POWER CARDIO エレメント・30 13:15-14:00	福原 UBOUND 30 13:15-13:45		都築 UBOUND エレメント・30 13:30-14:15	清水 OXIGENO 45 13:30-14:15	Shun FIGHT DO 45 13:00-13:45	福原 OXIGENO 45 13:30-14:15
16:00	岡本 FIGHT DO エレメント・30 14:15-15:00	奥田 POWER CARDIO 30 14:00-14:30	定休日	都築 MEGADANZ 45 14:30-15:15	奥田 POWER CARDIO 30 14:30-15:00	Shun POWER CARDIO 45 14:00-14:45	福原 POWER CARDIO 30 14:30-15:00
17:00	清水 ハタヨガ 45 15:15-16:00	奥田 バランスコーディ ネーション45 14:45-15:30		福原 OXIGENO 30 15:30-16:00	岡本 FIGHT DO 30 15:15-15:45	yuriko アクティブヨガ 45 15:00-15:45	岡本 adidasGYM&RUN 15 15:15-15:30
18:00				生田 パルキッズジム 年中・年長 16:30-17:20	MAJI ジュニア ダンススクール 幼児 16:30-17:00	岡本 UBOUND 45 16:00-16:45	Shun UBOUND 45 15:45-16:30
19:00	VTM X55 15 18:00-18:15	MAJI ジュニア ダンススクール 幼児・小学生 17:00-18:00		生田 パルキッズジム 小学1~3年生 17:25-18:15	MAJI ジュニア ダンススクール 小学生 17:00-18:00	VTM FIGHT DO 30 17:00-17:30	VTM OXIGENO 45 16:45-17:30
20:00	都築 バランスコーディ ネーション45 18:30-19:15	Shun FIGHT DO 30 18:30-19:00		Shun POWER CARDIO 45 18:30-19:15	福原 adidas GYM&RUN 30 18:30-19:00	VTM MEGADANZ 30 17:45-18:15	
	都築 MEGADANZ 45 19:30-20:15	Shun UBOUND 45 19:15-20:00		Shun FIGHT DO 45 19:30-20:15	福原 OXIGENO 45 19:15-20:00	VTM OXIGENO 30 18:30-19:00	