

2025/11

アグロフィットネス レッスンスケジュール



月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		
studio A	studio B	studio A	studio B	studio A	studio B	定休日		studio A	studio B	studio A	studio B	studio A	studio B	
10:30~11:30 レゲエヨガ KYOKO HCJ	10:30~11:15 ローラーピラティス 塩崎	NEW 10:30~11:15 ストレッチ&ピラティス HISASHI		10:40~11:25 BASICヨガ Sakika	10:30~11:15 BASICエアロ 中尾				10:30~11:15 リトモス 青山耀士	10:30~11:15 Relaxヨガ 上田茂光		10:30~11:15 Relaxヨガ Sakika	10:45~11:30 BASICエアロ 吉田	
			11:00~11:45 バレエ コンディショニング 湯浅まゆみ							11:00~11:45 ダンスFIT ちゃんまい				
RADICAL 11:50~12:35 FIGHT DO 45 ami	11:45~12:30 ZUMBA 白須秀一			RADICAL 11:40~12:25 MEGADANZ45 光	11:35~12:20 太極拳 品川仁志					11:30~12:15 ハワイアンフラ 高原				
13:00~13:45 ハワイアンフラ 湯浅まゆみ	12:50~13:35 マスターエアロ 白須秀一			12:45~13:30 ダンスFIT 中道麻里	12:50~13:35 FIGHT DO 45 ami									
TICKET 14:00~15:00 【有料】フラダンス スキルアップクラス 湯浅まゆみ	14:00~15:00 Relaxヨガ Yuko	RADICAL 13:20~14:05 UBOUND 45 万波伸年		13:45~14:30 リトモス 中道麻里	13:55~14:40 フローミュージックヨガ ami				RADICAL 14:05~14:50 ZUMBA YUI	14:00~14:45 MEGADANZ 45 光	RADICAL 13:35~14:20 MEGADANZ 45 YUKA	13:30~14:15 ボル・ド・ブラ HISASHI	13:45~14:30 ヨガ&ボール 金本久美	TICKET 13:45~14:45 【有料】ジャズダンス HISASHISPECIAL HISASHI
		RADICAL 14:25~15:10 FIGHT DO 45 万波伸年	14:15~15:00 BASICヨガ Michiyo											

- ◆当クラブをご利用の会員様へのお願い◆ ※ルールを逸脱した行為が発覚した場合スタジオ利用を制限させて頂く場合がございます
- ◇レッスン内容及び担当者は変更になる可能性があります
 - ◇他のお客様のご迷惑とならないためにスタッフ、インストラクターの指示に従って頂きますようお願いいたします
 - ◇レッスン開始後の途中入場は出来ません。
 - ◇レッスン開始までにスタジオ入口の端末にてチェックインを済ませてください
 - ◇レッスン予約、キャンセルはレッスン開始15分前まで◆予約後参加できなくなった場合は必ずご自身でキャンセルを行ってください

Studio 定員【25名】
※マット使用レッスン MAX35名

平日
土日祝

営業時間

10:00~23:00
10:00~21:00
10:00~18:00