

駅裏スタジオ LESSON TIMETABLE ~レッスントイムテーブル~ 2023 1月~

	MONDAY 月			TUESDAY 火			WEDNESDAY 水			THURSDAY 木			FRIDAY 金			SATURDAY 土			SUNDAY 日					
	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C			
10:00			¥4,000 自彊術						¥5,500 ヨガでリフレッシュ	¥5,500 Suzumi ベーシックピラティス (初心者向け)						Anil キッズフリースタイル 9:45~(60分)				¥5,500 温ピラティス KAKO オンラインレッスン 10:00~(60分)				
11:00		¥5,500 太極拳	10:00~ (90分) 自彊術				¥6,600 森本 バレエ 初中級 10:30~ (90分)	¥5,500 太極拳 (初心者) 井関 10:30~ 【90分】	10:00~ (75分) ヒロコ オンラインレッスン	10:00~ (75分)	¥5,500 中国気功		¥6,600 IKUE 大人から始 めるジャズ 10:30~ (90分)	月2回(第2・4) KANA ホットヨガ (男性OK) 11:00~(60分)	KANA TRX (女性のみ) 10:00~(45分)	¥5,500 YOKO(桜子) ジャイロキネ シス#0 10:15~ (90分)	¥5,500 KEIKO 女子カアッ ピラティス 10:30~ (75分)		¥6,600 温ピラティス KAKO (男性OK) 11:00~(60分)					
12:00	¥6,600 TOMOMI 奥様のジャズ HIPHOP (初級) 11:30~ (90分)	10:30~ 【90分】 菊谷		¥6,600 森本 バレエ 初心者 11:30~ (90分)							¥6,600 籠畑 フラダンス 11:30~ (90分)		10:30~ (90分) 菊谷			¥8,800 TAKA kidsロック (4歳~小学3年) 12:00~【45分】	¥4,180 KEIKO 骨盤調整ピラティス ストレッチポール 12:00~(60分)							
13:00			¥5,500 Mika シェイプアップ ベリー 13:30~(60分)		¥5,940 ヒロコ パワーヨガ 13:00~ (75分)								月2回(第2・4) 藤島 ラフター ダンスヨガ 12:45~ (75分)			¥6,600 TAKA 13:00~ 75分 LOCK初級 小学3~中学 13:00~ 【90分】	¥6,600 KEIKO 骨盤調整ピラティス ストレッチポール 12:00~(60分)		¥6,600 森本 バレエ 初心者 13:00~ (90分)					
14:00													¥2,750 ¥6,600 籠畑 フラダンス 14:30~ (90分)		¥6,600 森本 バレエ 中級 13:30~ (90分)			¥5,500 ジュニアK-POP モモ (小3~小6) 14:30~(60分)	¥6,050 MIKA HIPHOPオー Advance 15:00~(75分)					
15:00																								
16:00				¥4,180 キッズバレエ 15:45~(45分) クリスティーナ																				
17:00		¥4,180 プレバレエ 16:15~(45分) IKUKO(4歳~)		¥5,500 キッズHIPHOP ステップ クリスティーナ (4才~小2)	¥5,500 キッズHIPHOP TAKAYA (4才~小2)					¥5,500 Anli キッズフリース スタイル (4才~低学年)	¥5,500 chiaki チアダンス キッズ (4才~6歳)				¥4,180 TOMOMI キッズスト リート 16:00~【45分】	¥5,500 IKUE キッズミニ (3~6歳) 16:00~【45分】					¥6,600 森本 バレエ 初級 15:30~ (90分)			
18:00	¥5,500 TOMOMI キッズジュニア ストリート初級 17:00~(60分)	¥4,180 キッズフリース スタイル 初心者 Miwa 17:30~(45分)		¥5,775 キッズHIPHOP ジャンプ クリスティーナ 17:30~ (70分)	¥6,600 リトルキッズ 17:00~【45分】	¥6,050 Anli キッズフリース スタイル (小2~)	¥5,500 chiaki チアダンス ジュニア 17:40~(60分)	¥5,500 Anli キッズフリース スタイル (小2~)	¥5,500 Anli チアダンス ジュニア 17:40~(60分)				¥5,500 籠畑 フラダンス 18:00~ (90分)	¥5,500 TOMOMI Jr. フリース 16:55~(60分)	¥5,500 IKUE フリースタイル 初級 16:55~(60分)	¥6,600 TAKA ロック 初心者 (中学生~大人) 17:45~(75分)	¥4,180 MIKA リトルHIPHOP (4才~小3) 16:15~(45分)							
19:00		¥5,500 SEIKA Girlshipop (初心者) 19:05~ (90分)	¥6,600 KAKO インナー ビューティ トレーニング 19:40~	¥6,600 森本 バレエ 中級 19:00~ (90分)	¥6,600 温ピラティス 瞑想 18:30~(60分)	¥6,600 KANA TRX (男性OK) 18:30~(45分)	¥6,600 森本 バレエ 初心者 19:00~ (90分)	¥6,600 森本 バレエ 初心者 19:00~ (90分)	¥6,600 Anli ジュニア フリースタイル 19:30~(60分)	¥5,500 NeNe NeNeS I Y L F K-POP 19:30~(60分)	¥5,500 ヒロコ ジュニア ジャズ (小2~)	¥5,500 ヒロコ ジュニア ジャズ (小2~)	¥5,500 籠畑 フラダンス 18:00~ (90分)	¥5,500 TOMOMI ジュニア フリースタイル 18:50~(60分)	¥6,600 MIWA ジュニア フリースタイル 19:50~(60分)	¥6,050 森本 バレエ 中級 18:30~ (90分)	¥6,050 MIKA リトルHIPHOP (4才~小3) 16:15~(45分)							
20:00	¥6,600 TOMOMI フリー スタイル 20:00~ (90分)	¥6,600 森本 バレエ 初中級 20:40~ (90分)	¥6,600 KAKO 燃焼系 ダンス 20:40~ 【90分】	¥6,600 森本 バレエ 初心者 20:40~ (90分)	¥6,600 TAKAYA K-POP 入門 20:50~ (90分)	¥6,600 KANA ホットヨガ (男性OK) 19:40~(60分)	¥6,600 森本 バレエ 初心者 19:00~ (90分)	¥6,600 Anli ジュニア フリースタイル 19:30~(60分)	¥6,600 NeNe NeNeS I Y L F K-POP 19:30~(60分)	¥6,600 SEIKA Girlshipop (初中級) 21:05~ (90分)	¥6,600 ヒロコ ジャズダンス 【90分】 19:30~	¥6,600 Miwa ジュニア フリースタイル 19:50~(60分)	¥6,600 KAKO 温ピラティス (60分) 19:30~	¥6,600 IKUE JAZZHIPHOP 超入門 19:00~ (75分)	¥6,600 森本 バレエ 初中級 20:40~ (90分)	¥6,600 MIKA リトルHIPHOP (4才~小3) 16:15~(45分)								
21:00																								
22:00			¥5,500 エクササイズ 21:05~(45分)	¥6,600 森本 バレエ 初心者 20:40~ (90分)	¥6,600 TAKAYA K-POP 入門 20:50~ (90分)	¥6,600 KANA ホットヨガ (男性OK) 19:40~(60分)	¥6,600 森本 バレエ 初心者 19:00~ (90分)	¥6,600 Anli ジュニア フリースタイル 19:30~(60分)	¥6,600 NeNe NeNeS I Y L F K-POP 19:30~(60分)	¥6,600 SEIKA Girlshipop (初中級) 21:05~ (90分)	¥6,600 ヒロコ ジャズダンス 【90分】 19:30~	¥6,600 Miwa ジュニア フリースタイル 19:50~(60分)	¥6,600 KAKO 温ピラティス (60分) 19:30~	¥6,600 IKUE JAZZHIPHOP 超入門 19:00~ (75分)	¥6,600 森本 バレエ 初中級 20:40~ (90分)	¥6,600 MIKA リトルHIPHOP (4才~小3) 16:15~(45分)								
23:00																								

タイムスケジュールの色の見方 ↓↓↓

ヨガ 沢山のクラスがあります
それぞれ、呼吸法・効能・
目的が違います
月4回 ¥5,500(税込)~

大人ダンス 沢山のジャンルから
あなたに合ったダンスを
お選びください♪
月4回 ¥5,500(税込)~

子供ダンス 3才から小・中学生向き
キッズジュニアクラスです。
初心者から上級者まで
各クラスあります。
月4回 ¥4,180(税込)~

美容健康① 気軽に45分のクラスです。
月4回 ¥4,180(税込)

美容健康② 月4回 ¥4,000(税込)~

※お月謝の金額は全て税込み価格で
す。
詳細はフロントまでお尋ねください。
また急な変更等になる場合もござい
ます