

スタジオタイムスケジュール

2018年 6月

※期間内でも適時変更する場合がございます。

時間	月		火		水		木		金		土		日	
	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2
OPEN 9:30				担当変更			5名限定						5名限定	
10:00														
:30	10:00~11:00 骨盤ヨガ Ami 【25名】	10:15~11:00 フットセラピー & ボディシェイプ45 近藤純子	10:00~11:00 ピラティス 河村美千江 【25名】	10:15~10:45 アクティブストレッチ30 中西英介 【19名】	10:00~10:45 バレトン ゆうみ 【30名】	10:00~11:00 陰ヨガ 勝川美紀 【15名】	10:00~10:30 semi-personal VIPR 露久保潤	10:00~10:45 体調改善エクササイズ 小橋かおり 【25名】	10:15~11:00 美BODY WORKOUT YUKIKO 【25名】	10:00~11:00 スタンダードヨガ 武田みどり 【15名】			10:15~10:45 semi-personal VIPR 露久保潤	10:15~11:15 アロマヨガ 勝川美紀 【15名】
11:00														
:30	11:15~12:15 ピラティス 山内幸子 【25名】	11:15~12:00 かんたんエアロ &ストレッチ 近藤純子 【20名】	11:15~12:00 GROUP POWER45 中西英介 【23名】		11:00~11:45 ベリーダンス ビギナー ゆうみ 【30名】	11:15~11:45 semi-personal VIPR 中西英介 【15名】	11:00~12:00 GROUP CENTERGY 露久保潤 【25名】	11:00~11:45 筋トレスタンダード 井上啓貴 【15名】	11:20~12:05 GROUP groove45 YUKIKO 【30名】	11:15~12:00 かんたんエアロ & マットエクササイズ 渡部和江 【20名】	11:00~11:45 バレトン (Standing Flow) 西村裕子 【25名】		11:15~12:15 MEGA DANZ YUKIKO 【30名】	
12:00														
:30				担当変更			5名限定							
12:30														
:30	12:30~13:15 カーディオキック NAO 【30名】		12:15~13:00 GROUP FIGHT45 井上啓貴 【30名】		12:00~12:45 BAILA BAILA 西村裕子 【30名】		12:15~13:00 バレトン 栗山智光 【30名】		12:30~13:15 ZUMBA RIEKO 【30名】			12:00~12:45 BODYメンテナンス 栗山智光 【15名】		
13:00														
:30														
13:30														
:30	13:30~14:30 GROUP CENTERGY 露久保潤 【25名】		13:15~14:00 ダンスエアロ YUKIKO 【30名】		13:00~13:45 RITMOS45 坂田浩子 【30名】		13:15~14:00 VIPR+ 露久保潤 【10名】		13:30~14:30 リラククスヨガ 松下京美 【25名】			13:00~14:00 RITMOS 栗山智光 【30名】		12:45~13:45 パラエティーレッスン 【25~30名】
14:00														
:30														
14:30														
:30														
14:45														
:30	14:45~15:30 アクティブストレッチ 中西英介 【30名】	内容変更	14:15~15:00 初級エアロ 中川美津子 【30名】	14:30~16:00 太極拳 スクール 杉村順子 *体験可 詳しくはスタッフまで	14:00~14:45 コリオMIX NAO 【30名】	14:30~15:15 筋トレスタンダード 井上啓貴 【15名】	14:15~15:00 ZUMBA YUKIKO 【30名】		14:45~15:45 やさしいピラティス YUKIKO 【6名】 詳しくはスタッフまで。		14:15~15:15 姿勢改善 エクササイズ 山崎謙介 【25名】	14:30~15:00 ストレッチ30 井上啓貴 【18名】	14:00~15:00 美ヨガ 都美香 【25名】	
15:00														
:30														
15:30														
:30														
15:45														
:30	15:45~16:45 からだバー NAO 【10名】		15:30~16:00 KIDS DANCEスクール (幼児)沼本佳子		15:00~15:45 GROUP groove 山崎陽子 【30名】		15:15~16:00 HIP HOP YUKIKO 【30名】	15:30~16:30 美ヨガ (女性限定) 都美香 【15名】			15:30~16:15 GROUP POWER45 井上啓貴 【23名】		15:15~16:00 GROUP POWER45 露久保潤 【23名】	15:15~16:00 バレトン 吉満博子 【25名】
16:00														
:30														
16:30														
:30														
16:45														
:30														
17:00														
:30	10名限定!		16:45~17:30 KIDS DANCEスクール ※小学校低学年クラス YUKIKO											
17:30														
:30														
17:45														
:30														
18:00														
:30														
18:15														
:30														
18:30														
:30														
18:45														
:30														
19:00														
CLOSE 19:00														

各週のレッスン
内容については、
別紙をご覧ください!

担当・時間
変更

月3回

【semi-personal VIPR】別料金+1,000円(税込)/回で承ります。(現金のみ)
新規・変更箇所
スクール

【やさしいピラティス】別料金+24,000円(税込)/3ヶ月(現金のみ)



〒466-0842
名古屋市昭和区榎通5丁目26番地
MEDICAL ITTSKI 5F
TEL (052) 831-5001