

☆☆☆ビジョンよしだ スタジオレッスン 3月度 週間スケジュール☆☆☆

	月		火	水		木		金			土		日	
	スタジオA	スタジオB		スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB		スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB
13:00		ラディカルエアロ 19 13:30~ 14:00	休館日		ファイドウ 89 13:30~ 14:00		メガダンス 68 13:30~ 14:00		ラディカルヨガ 22-LV1 13:30~ 14:00	10:00		ファイドウ 90 10:30~ 11:00		メガダンス 68 10:30~ 11:00
14:00	レインボー体操 (川崎) 13:45~ 15:00	メガダンス 67 14:30~ 15:00		レインボー体操 (川崎) 13:45~ 15:00	ラディカルヨガ 21LV-1 14:30~ 15:00	いきいき体操 (川崎) 13:45~ 15:00	ファイドウ 90 14:30~ 15:00	すっきりシェイプ (岩城) 13:45~ 14:45	ファイドウ 89 14:30~ 15:00	11:00		ラディカルエアロ 20 11:15~ 11:45	ボール&ストレッチ90 (川崎) 10:45~ 12:15	ファイドウ 89 11:15~ 11:45
15:00		ファイドウ 90 15:30~ 16:00		かんたんエアロ (川崎) 15:15~ 16:15	オキシジェノ 73 15:30~ 16:00		ラディカルヨガ 22-LV2 15:30~ 16:00	かんたんステップ (川崎) 15:00~ 16:00	ハイパーシー 27 15:30~ 16:00	12:00				
16:00					ファイドウ 89 16:30~ 17:00		ファイドウフリー 20 16:30~ 17:00			13:00				
17:00							ラディカルエアロ 20 17:30~ 18:00			14:00			サーキットトレーニング90 (川崎) 13:30~ 15:00	
18:00										15:00	初めてトレーニング (長谷川) 14:30~ 15:30			オキシジェノ 72 15:15~ 15:45
19:00	サーキットトレーニング90 (川崎) 19:00~ 20:30	ユーバウンド 69 19:15~ 19:45			ファイドウフリー19 19:15~ 19:45	ボール&ストレッチ90 (川崎) 19:00~ 20:30	ユーバウンド 70 19:15~ 19:45		メガダンス 68 19:15~ 19:45	16:00				ラディカルエアロ 19 16:00~ 16:30
20:00		ラディカルヨガ 22-LV1 20:00~ 20:30			メガダンス 67 20:00~ 20:30		ラディカルエアロ 19 20:00~ 20:30	パンチ&サーキット (岩城) 19:30~ 20:30	ファイドウ 90 20:00~ 20:30	17:00		イレブン 27 16:00~ 16:30		
21:00										18:00				

黄色枠は
スタジオプログラムA
1か月券あり

青色枠は
バーチャルレッスンB
1か月券あり

【バーチャルスタジオについて】
教室時間は「目安」になります。曲の内容により終了時間が上下する場合がございます。予めご了承ください。

【教室の申し込みについて】
参加される場合は1回受付窓口となりにある券売機にて【教室券】をお買い求めください。
教室券の種類は【1回券:300円】と【各スタジオ1か月通し券:2,000円】
【スタジオ共通1か月通し券:3,000円】があります。
※スケジュールは変更する場合があります。