

2/11 (水) 建国記念の日			
場所	STUDIO A	STUDIO B	岩盤STUDIO
10:00	オキシジェノ45 10:00~10:45 菊池 晃子	STEP初級+α30 10:15~10:45 川北 綾子	
30		定員20	
11:00	デトックスYOGA45 11:00~11:45 瀬尾 みちる	ラディカルパワー30 11:00~11:30 酒井 郁弥	HOTストレッチ30 11:00~11:30
30	定員40	定員20	
12:00	DanceFit45 12:00~12:45 AKKO	ファイドウ30 11:45~12:15 酒井 郁弥	
30		事前予約可能レッスン ユーバウンド45 12:45~13:30 松本 美栄子	
13:00	メガダンス60 13:00~14:00 AKKO	定員15	
30			
14:00	美BODYメイク30 14:15~14:45 高野 蘭美		
30			
15:00	リズムキック45 15:00~15:45 高野 蘭美		
30			
16:00	ピラティス45 16:00~16:45 川北 綾子		
30			
17:00			
30			
18:00			
30			
19:00			
30			
20:00			

◆代行◆

定員



プログラム・インストラクターは変更になる場合がございます。
詳細はスタジオ前の代行ボード・ホームページをご確認ください。

2/23 (月) 天皇誕生日				
場所	STUDIO A	STUDIO B	岩盤STUDIO	場所
10:00				10:00
30	初級エアロ30 10:15~10:45 石垣 治孝			30
11:00	STEP初級30 11:00~11:30 石垣 治孝		HOTストレッチ30 11:00~11:30	11:00
30	定員28			30
12:00	バレトン45 12:00~12:45 MEI			12:00
30				30
13:00	ディスコワールド30 13:15~13:45 MAKANA			13:00
30				30
14:00	ZUMBA45 14:00~14:45 MAKANA			14:00
30				30
15:00	ラテンエアロ45 15:00~15:45 井上 智子			15:00
30				30
16:00	ファイドウ45 16:00~16:45 野友 利佳			16:00
30				30
17:00				17:00
30				30
18:00				18:00
30				30
19:00				19:00
30				30
20:00				20:00

70年代後半から90年代に一世を風靡したサウンドで楽しむブレデザイン
のダンスプログラムです。
ディスコラバーはもちろんのことディス
コを知らない世代も新鮮な感覚で楽し
めます！

茨城県龍ヶ崎市中里2-1-2

TEL/0297-63-5595

HP/http://yubune-ryugasaki.jp

