

TIME SCHEDULE

武蔵ヶ丘

2018年4月1日～

	月 1F	火 1F	水 1F	木 1F	金 1F	土 1F	日 1F
9:00							
10:00							9:45 ナチュラルスタイルヨガ(60分) NORIKO
11:00	11:15 ヨガセラピー(60分) 矢澤 真樹	10:30 NEW ヨガ基礎(60分) 古閑 知子			10:30 NEW バレエ基礎(60分) 上村 恵美	11:00 リラックスヨガ(60分) 矢澤 真樹	
12:00					11:30 NEW 大人バレエ(30分) 上村 恵美 1.3週 トウシューズ 2.4週 センター		
13:00		13:30 ストレッチ				12:30 小学生バレエ選抜 大人バレエ合同クラス(75分) 担当:野口 起代子	
14:00		大人バレエ(75分) 上村 恵美		14:00 ピラティスマット(60分) 坂本 都美		13:45 トウシューズ 13:45~14:30 担当:野口 起代子	NEW
15:00		トウシューズ(15分)				選抜ヴァリエーション 13:45~14:30 担当:野口 起代子	時間変更
16:00							
17:00	17:30 子ども新体操 幼児(45分) 村上 くるみ	17:00 子どもバレエ 幼児(45分) 担当:上村 恵美					
18:00	18:30 子ども新体操 小,中学生(60分) 村上 くるみ	18:00 振付練習(30分) 上村 恵美	NEW				
19:00	18:30 NEW 新体操小学生 特別クラス(30分) 村上くるみ	18:30 子どもバレエ 小学生(60分) 担当:野口 起代子			18:30 子どもバレエ 小学生(60分) 担当:野口 起代子		
20:00	19:30 YOGA(60分) 竹下 雅子	19:45 ストレッチ	19:50 バクティフローヨガ(60分) 古閑 知子		19:45 ストレッチ		
21:00		大人バレエ(75分) 野口 起代子	クラス変更	20:30 ピラティスマット(60分) 片山 享子	大人バレエ(75分) 野口 起代子	クラス変更	
22:00		振付練習(30分) 野口 起代子			振付練習(30分) 野口 起代子		