



ace < axiscore > studio

yachiyodai 2015.7~ START

時間	月曜日		火曜日		水曜日		時間	金曜日		土曜日		日曜日		時間
	STUDIO 1st	STUDIO 2nd	STUDIO 1st	STUDIO 2nd	STUDIO 1st	STUDIO 2nd		STUDIO 1st	STUDIO 2nd	STUDIO 1st	STUDIO 2nd	STUDIO 1st	STUDIO 2nd	
10:00	ハタヨガ60 10:15~11:15 石垣 麻衣子	太極拳60 10:20~11:20 菊地 三枝	ゆったりヨガ60 10:15~11:15 北原 由理	HOT艶肌60 10:15~11:15 佐久間 央恵 (20)	エアロスタート45 10:25~11:10 五味 澄子	バレエ 入門初級60 10:20~11:20 荒木 知子	10:00	ヒーリングフローヨガ60 10:15~11:15 今川 千恵子	ステップスタート45 10:15~11:00 中野 智恵 (22)	スポーツボイス フィットネス50 10:15~11:05 石井 恵	HOTストレッチヨガ45 10:15~11:00 荒木 知子 (40)	シャンティヨガ60 10:25~11:25 結美子	バレエ初級30 10:30~11:00 春風 まこ	11:00
11:00	フラダンス60 11:30~12:30 Niulani茜	社交ダンス60 入門・初級 11:45~12:45 川瀬 昌明	ファイティング60 11:30~12:30 斎藤 ちなつ	HOT きれいになるヨガ60 11:30~12:30 北原 由理	エアロストロング45 11:25~12:10 五味 澄子	バレエステップ(有料) 11:30~12:00 荒木 知子	11:00	エナジーフローヨガ60 11:30~12:30 今川 千恵子	パーソナル60 11:15~12:15 荒木 知子	HOT美骨盤エクササイズ50 11:15~12:05 鹿又 香澄 (40)	POWER CARDIO60 11:40~12:40 榎 千里 (25)	バレエ 初中級60 11:10~12:10 春風 まこ	12:00	
12:00	エアロスタート30 12:45~13:15 中安 佑介	社交ダンス中級75 (有料) 13:00~14:15 川瀬 昌明	コンディショニング50 12:45~13:35 斎藤 ちなつ	HOTBeauty ピラティス50 12:40~13:30 重富 幸子	エアロスタート45 12:25~13:25 ジョセフ 祐	ポワントワーク(有料) 12:10~12:40 荒木 知子	12:00	CORE30(有料) 12:45~13:15 安場 友紀 (8)	CORE30(有料) 12:30~13:00 飯塚 勇介 (8)	HOTBeauty ピラティス45 12:20~13:05 山下 愛	FIGHT DO60 12:55~13:55 榎 千里	バレエステップ(有料) 12:20~12:50 春風 まこ	13:00	
13:00	エアロストロング45 13:30~14:15 中安 佑介		BALLETONE50 ~バレトン~ 13:50~14:40 重富 幸子	パーフェクトボディ ピラティス45 13:45~14:30 石河 知可子	ZUMBA45 13:40~14:25 ジョセフ 祐	CORE30(有料) 12:55~13:25 大森 るみな (8)	13:00	エアロストロング60 13:30~14:30 原 ひとみ	BOSU30 13:30~14:00 安場 友紀 (20)	エアロアドバンス60 13:20~14:20 及川 健	HOTトータル ボディコンディショニング 13:15~14:00 山下 愛	OXIGENO45 14:10~14:55 榎 千里	14:00	
14:00	ZUMBA60 14:30~15:30 下田 陽子		エアロスタート30 14:55~15:25 中野 智恵	ジャズ60 15:00~16:00 植村 俊輔	アフリカダンス60 14:40~15:40 ジョセフ 祐		14:00	RITMOS60 14:45~15:45 大森 恵美子	ラテン60 14:15~15:15 トモコ ボルネチェリ	HIP HOP60 14:30~15:30 石黒 裕美	HOTピラティス60 14:40~15:40 阿部 ひかり	エアロアドバンス60 15:15~16:15 音羽 賢一	HOTゆったりヨガ60 14:45~15:45 北原 由理 (40)	15:00
15:00	生き生きヨガ60 15:45~16:45 佐々木 小夜子	HOT華美脚60 15:45~16:45 中村 真由美 (20)	エアロアドバンス60 15:40~16:40 中野 智恵	バレエ 初中級60 16:15~17:15 土屋 志織	ジャンベ60 15:50~16:50 加藤 タクミ (20)		15:00	リラックスヨガ60 16:00~17:00 石垣 麻衣子	ラテンシアター ダンス60 15:40~16:40 ミゲル	HOT COREピラティス45 15:55~16:40 阿部 ひかり	ステップアドバンス60 16:30~17:30 音羽 賢一 (25)	HOTデトックスヨガ45 16:00~16:45 北原 由理 (40)	16:00	
16:00			ストリートダンス60 17:30~18:30 [小学1~6年生] 根本 駿介	ジュニアバレエ60 17:30~18:30 [小学1~6年生] 荒木 知子	キッズヒップホップ I 60 (ダンス初心者) 17:10~18:10 [小学1~6年生] 石黒 裕美	キッズバレエ60 (未経験者含む) 16:45~17:45 [幼稚園生~ 小学校低学年] 荒木 知子	16:00	キッズ常心門空手60 17:15~18:15 [小学1~6年生] 日高 妙子	ベリーダンス60 16:50~17:50 yoke【ヨーク】		HOTリラックスヨガ60 17:00~18:00 川原 亜紀子	17:00		
17:00	HIP HOP60 18:55~19:55 赤地 寿美	HOTハタヨガ60 19:45~20:45 川添 慈	じっくりストレッチヨガ60 19:00~20:00 小山田 園枝	HOT骨盤美齡60 19:00~20:00 山林 美香 (20)	キッズヒップホップ II 60 (ダンス経験2年以上) 18:20~19:20 [小学1~6年生] 石黒 裕美		17:00	POWER CARDIO60 19:45~20:45 角谷 享宜 (25)	パーフェクトボディ ピラティス45 19:15~20:00 石河 知可子			18:00		
18:00	エアロスタート30 20:05~20:35 鈴木 淑実	エアロストロング45 20:45~21:30 鈴木 淑実	HOT姿勢改善ストレッチ60 21:00~22:00 川上 友信	HOTデトックスヨガ45 20:20~21:05 小山田 園枝	BAILA BAILA60 20:00~21:00 Yuka	CORE30(有料) 19:00~19:30 小山 勝 (8)	18:00	FIGHT DO60 21:00~22:00 角谷 享宜	HOTBeauty ピラティス60 20:15~21:15 石河 知可子			19:00		
19:00			K-POPジャズ60 21:20~22:20 植村 俊輔	HOTリラックスヨガ50 21:20~22:10 開沼 美樹	エアロストロング45 21:15~22:00 原 ひとみ		19:00		HOTヴィンヤサヨガ50 21:30~22:20 川添 慈			20:00		
20:00							20:00						21:00	
21:00							21:00						22:00	
22:00							22:00						23:00	

<お客様へご利用上の注意>
 ☆レッスン開始10分以降のレッスンのご参加はご遠慮願います。
 他のレッスンへの参加や、チケットを取る為の途中退場はご遠慮願います。
 ☆クラスの変更・インストラクターの代行に関しましては、
 館内のインフォメーションにてご案内いたします。
 ☆(20)マークのあるレッスンは30分前よりジムカウンターにてチケットを配布致します。
 数字が定員人数となります。お1人様一枚までとさせていただきます。
 ☆HOTプログラムに参加される場合、お水、バスタオルを忘れずにお持ちください。
 なおヨガマットにバスタオルを敷いていただきますようご理解、ご協力をお願い致します。

≪左記の枠内のレッスンはHOTスタジオになります。 (湿度60~70%、温度34~38℃) グリーンフィールドは別紙フロントにて配布しております>>

<有料スクール料金>
 有料クラスはフロントにて受付を行っております

CORE	1回	1,440円(税込)	1,333円(税抜)
バレエステップ、ポワントワーク	1回	513円(税込)	475円(税抜)
社交ダンス中級75	1回	1,615円(税込)	1,495円(税抜)
	4回	6,459円(税込)	5,980円(税抜)

消費税は8%の金額となっております

<店舗情報>
 平日★10:00-23:00 土★10:00-21:00 日・祝★10:00-19:00
 定休日★毎週木曜日
 ※祝日は特別プログラムとなります。フロントにてご確認ください。
 TEL 047-480-2299