

2012年5月

スタジオフログラム

	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00	
月曜日				10:30~11:20 ピラティス 谷村	11:35~12:15 はじめて エアロ 鈴木	12:30~13:20 ファイト エアロ 北村	13:35~14:20 ZUMBA 久保	14:35~15:25 タイ式ヨガ (ル-ソ-ダ-ット) 久保		16:00~17:00 Kids Cheer (キッズ クラス) フキ	17:00~18:00 Kids Cheer (ジュニアクラス) フキ										19:00~19:45 らくらく エアロ 吉羽	20:00~20:40 コンディショニング &ストレッチ 今堀	20:50~21:50 Iサティグ エアロ 今堀					
火曜日				10:30~11:10 ZUMBA GOLD 高橋	11:25~12:10 らくらく エアロ 前田	12:25~13:15 エンジョイ エアロ 小谷	13:25~14:05 はじめて エアロ 小谷	14:20~15:40 ヨガⅡ 天田													19:00~19:40 はじめて ステップ 山口	19:50~20:40 エンジョイ エアロ 山口	20:50~21:50 Iサティグ エアロ 吉田					
水曜日				10:30~12:00 ヨガⅢ 天田	12:10~12:50 はじめて エアロ 犬山	13:00~14:00 ヨガ 北川	14:10~15:10 Iサティグ エアロ 早川														19:00~19:50 ボクシング エアロ 中川	20:05~20:50 らくらく ステップ 木瀬	21:00~21:50 ピラティス 木瀬					
木曜日				10:30~11:15 らくらく ステップ 大崎	11:30~12:20 ボール 小田	12:35~13:35 気功 小島	13:45~14:35 ラテンエアロ 小島	14:45~15:35 HIP-HOP Miccy	16:00~17:00 HIP-HOP (キッズ クラス) Miccy	17:10~18:10 HIP-HOP (ジュニアクラス) Miccy											19:00~19:45 ファイト エアロ 北村	20:00~20:45 らくらく エアロ 富田	21:00~22:00 Iサティグ エアロ 富田					
金曜日				10:30~11:10 はじめて エアロ 濱岡	11:25~12:15 エンジョイ エアロ 濱岡	12:40~13:25 らくらく ステップ 山口	13:40~14:25 らくらく エアロ 山口	14:40~15:30 タイ式ヨガ (ル-ソ-ダ-ット) 溝井														19:00~20:15 HIP-HOP &ストレッチ 中藤	20:30~21:20 エンジョイ エアロ 赤松					
土曜日				10:30~11:15 らくらく エアロ 前田	11:30~12:30 ヨガ 前田	13:00~13:50 ボクシング エアロ 中川	14:10~14:50 はじめて ステップ 岩橋	15:00~15:50 エンジョイ エアロ 岩橋														19:00~20:20 ヨガ 北川						
日曜日				10:30~11:10 はじめて エアロ 大崎	11:20~12:10 エンジョイ エアロ 大崎			14:00~14:45 らくらく ステップ 小田	15:00~15:50 タイ式ヨガ (ル-ソ-ダ-ット) 小田																			

ミナミスポーツクラブ ガイム

2012年6月

スタジオフログラム

	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00	
月曜日				10:30~11:20 ピラティス 谷村	11:35~12:15 はじめて エアロ 鈴木	12:30~13:20 ファイト エアロ 北村	13:35~14:20 ZUMBA 久保	14:35~15:25 タイ式ヨガ (ル-ソ-ダ ット) 久保		16:00~17:00 Kids Cheer (キッズ クラス) フキ	17:00~18:00 Kids Cheer (ジュニアクラス) フキ									19:00~19:45 らくらく エアロ 吉羽	20:00~20:40 コンディショニング &ストレッチ 今堀	20:50~21:50 Iササキ エアロ 今堀						
火曜日				10:30~11:10 ZUMBA GOLD 高橋	11:25~12:10 らくらく エアロ 前田	12:25~13:15 エンジョイ エアロ 小谷	13:25~14:05 はじめて エアロ 小谷	14:20~15:40 ヨガⅡ 天田													19:00~19:40 はじめて ステップ 山口	19:50~20:40 エンジョイ エアロ 山口	20:50~21:50 Iササキ エアロ 吉田					
水曜日				10:30~12:00 ヨガⅢ 天田	12:10~12:50 はじめて エアロ 犬山	13:00~14:00 ヨガ 北川	14:10~15:10 Iササキ エアロ 早川														19:00~19:50 ボクシング エアロ 中川	20:05~20:50 らくらく ステップ 木瀬	21:00~21:50 ピラティス 木瀬					
木曜日				10:30~11:15 らくらく ステップ 大崎	11:30~12:20 ボール 小田	12:35~13:35 気功 小島	13:45~14:35 ラテンエアロ 小島	14:45~15:35 HIP-HOP Mickey	16:00~17:00 HIP-HOP (キッズ クラス) Mickey	17:10~18:10 HIP-HOP (ジュニアクラス) Mickey											19:00~19:45 ファイト エアロ 北村	20:00~20:45 らくらく エアロ 富田	21:00~22:00 Iササキ エアロ 富田					
金曜日				10:30~11:10 はじめて エアロ 濱岡	11:25~12:15 エンジョイ エアロ 濱岡	12:40~13:25 らくらく ステップ 山口	13:40~14:25 らくらく エアロ 山口	14:40~15:30 タイ式ヨガ (ル-ソ-ダ ット) 古崎													19:00~20:15 HIP-HOP &ストレッチ 中藤	20:30~21:20 エンジョイ エアロ 赤松						
土曜日				10:30~11:15 らくらく エアロ 前田	11:30~12:30 ヨガ 前田	13:00~13:50 ボクシング エアロ 中川	14:10~14:50 はじめて ステップ 岩橋	15:00~15:50 エンジョイ エアロ 岩橋													19:00~20:20 ヨガ 北川							
日曜日				10:30~11:10 はじめて エアロ 大崎	11:20~12:10 エンジョイ エアロ 大崎			14:00~14:45 らくらく ステップ 小田	15:00~15:50 タイ式ヨガ (ル-ソ-ダ ット) 小田																			

ミナミスポーツクラブ ガイム