ベイシアスポーツクラブ　ウィークリィプログラム　4月26日(月)～5月2日(日)

	4月26日　月曜日			4月27日　火曜日			4月28日　水曜日			4月29日　木曜日(祝日)			4月30日　金曜日			5月1日　土曜日			5月2日　日曜日		
	A Studio	B Studio	C Studio	A Studio	B Studio	C Studio	A Studio	B Studio	C Studio	A Studio	B Studio	C Studio	A Studio	B Studio	C Studio	A Studio	B Studio	C Studio	A Studio	B Studio	C Studio
10:00																					
10:30	10：15/45 HIRO ボディバランス45(FX)	10:15/45　橋本 エンジョイステップ		10:15/45 Miyu 朝ヨガ	10：15/45　籐谷 エンジョイエアロ			10:15/45 保木本 バレトン		10：15/45　清水 ハタヨガ	10：15/45　名塚 ダンスエアロ45	10：15/45　SHIORI ヨガ	10：30/45　Ayu ストレッチポール	10：15/45　長 エンジョイエアロ	10：15/30 荻野いづみ THEストレッチ （有料300円）	10:15/45 Cge ダンスをはじめよう！	10:15/45　大澤 ハイインパクト45		10:45/45 Ayu モムチャンフィットネス	10:30/45 下境 ボディパンプ45
11:00																					
11:30	11：15/45　ひかり すっきりストレッチ	11：15/45　橋本 オリジナルエアロ			11：15/45　猪野 ZUMBA45		11：15/45　ともや ボディコンバット45	11：15/45　浅野 ZUMBA45	11：30/60保木本 はじめてのバレエ ※定員10名	11：15/45　長 オリジナルエアロ	11：15/45 名塚 リトモス45		11：30/45　Ayu バランスボール	11：15/45　大澤 オリジナルエアロ	11：00 室賀 バレエスクール （成人）	11:15/45　瓜生 ガールズHIPHOP	11:15/45　渡邉 MEGADANZ45			11:45/45 Ayu ボディコンバット45
12:00										（有料800円）		12:00/60 Eriko ベリーダンス	（有料500円）							
12:30	12:30/45 ひかり ZUMBA45	12：30/45　大澤 ハイインパクト45		12：15/45　猪野 ハイインパクト45	12：15/45　Ayu ボディジャム45		12：15/45　浅野 ヨガ	12：30/45　大澤 初級ステップ	（有料700円）	12:15/45 名塚 ボルドブラ ※定員10名	12：30/45 RYO HipHop all that groove	（有料2,500円 →特別1,500円）		12：30/45 下境 ボディパンプ45	12：35/45荻野いづみ バレエバリエーション	12:15/45　HIRO ボディバランス45(FX)	12:15/45　渡邉 ZUMBA45	12:15/45　尾花 コンバットテック ※定員10名		
13:00					13：15/45　Ayu モムチャンフィットネス					（有料500円）					（有料2,000円）			（有料3,000円）		13:00/45 ともや ボディアタック45
13:30		13：45/45 名塚 リトモス45					13:30/45 ひかり ボディコンバット45	13：30/45　大澤 ローハイエアロ45			13：30/45　Eriko ZUMBA45			13：45/45　Ayu ボディコンバット45		13:15/45　HIRO ヨガ	13:15/45　尾花 ボディパンプ45	13:15　MI2 BREAKE STYLE （小学生）			
14:00	14:00/45 Minami HIPHOP				14：15/45 ひかり ZUMBA45	14：30 社交ダンス （成人） 都度1,000円	14:30/45 瓜生 ガールズHIPHOP				14：30/45 Eriko MEGADANZ45						14:15/45　尾花 ボディコンバット45			
14:30																14：45/45　Mi2 HIPHOP					
15:00	15:00/45 Minami Jazz	15：00/45　相沢 チェアエクササイズ&青竹						15：00/45　相沢 やさしいエアロ			15：30/30　JON LES MILLS CORE			15：00/45　松井 ボディジャム45			15:15/30　JON LES MILLS CORE				
15:30												15：45/45　林 バレエエクササイズ						15:45/60　MI2 HIPHOP （成人）			
16:00	16:00/45 Minami Jazz初中級	16：00 体操教室 （幼児）						16：00/45　相沢 やさしいヨガ	16：30 室賀 バレエスクール （幼児～小学生）				16：15/30 ひかり らくらくステップ	16：00 体操教室 （幼児）		16:00/45　Yuriko ルーシーダットン （タイ式ヨガ）	16:00/45　尾花 ボディアタック45				
16:30	（有料1,000円）																				
17:00		17：10 体操教室 （小学生）			サンダースチアスクール 17:00 リトル （3歳～小1） 18：00 キッズ （小2～小6）									17：15 体操教室 （小学生）			17:00/45　ひかり ZUMBA45				
17:30			17:45 室賀 バレエスクール （幼児～小学生）																		
18:00								18：30/45　JON LES MILLS CORE									18:00/45　ひかり ボディコンバット45				
18:30	18：15/30 ひかり らくらくステップ																				
19:00		19：00/45　地野 ZUMBA45																			
19:30	19：15/30　まつ LES MILLS CORE		19：15/30 荻野いづみ THE ストレッチ （有料300円）	19：15/45　ひかり ビギナーサーキット	19：15/45　堀越 ボディパンプ45		19：15/45 JIN Dance Flavor	19：15/45　ともや ボディコンバット45	19：15/45　Yuriko ヨガ				19:15/45 HIRO ボディバランス45(FX)	19:15/45　渡邉 MEGADANZ45							
20:00	20：00/45　HIRO ボディバランス45(FX)	20：00/45　尾花 ボディパンプ45	室賀バレエスクール 体験時　要予約 （成人①）			20：00/45　林 初級バレエ							NEW 20:15/45 ゆうあ はじめてのJazz								
20:30				20:15/30 まつ LES MILLS CORE	20:15/45　Eriko MEGADANZ45		20：15/45　松井 オリジナルエアロ45	20：15/45　ひかり ZUMBA45	20:15/45 JIN Street Level					20：15/45　ともや ボディアタック45	20：15/45　渡邉 リセットストレッチ						
21:00	21：00/45 尾花×ひかり ボディコンバット ジョイントレッスン ※抽選レッスン ※定員45名					20：55/30　林 バレエPLUS ※定員10名															
21:30					21：15/45　Eriko ZUMBA45	（有料300円）		21：15/45　松井 ボディジャム45													
22:00																					
22:30																					

感染症対策にご協力いただきありがとうございます。

除菌・消毒　ソーシャルディスタンス　こまめな換気　検温実施　マスク着用　声量は控えめに

定員人数 ： Aスタジオ：16名　B スタジオ： 35名　Cスタジオ： 12名　スモールレッスン：5名(有料)

■4/26(月)～4/28(水)　4/30(金)　２４時間前予約開始　■4/29(木)　5/1(土)5/2(日)　２時間前予約開始

ロスモールカルチャーレッスン（有料）：24時間前予約開始　/　12時間前受付終了

■（月）21：00～ボディコンバット抽選レッスン　当日10：00締め切り