

# バイシアスポーツクラブ ウィークリープログラム 10月18日(月)~10月24日(日)

	10月18日 月曜日			10月19日 火曜日			10月20日 水曜日			10月21日 木曜日			10月22日 金曜日			10月23日 土曜日			10月24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 藤谷 エンジョイ エアロ		10:15/45 Ayu シバム45	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	10:15/45 HIRO ヨガ	10:15/45 長 エンジョイ エアロ	10:15/30 萩野いづみ 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 ハインパクト 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 Ayu ストレッチ ボール	11:15/45 猪野 ZUMBA 45		11:15/45 とみや ボディコンバット 45	11:15/45 浅野 ZUMBA 45	11:30/60 保木本 はじめての バレエ ※定員10名 (有料700円)	11:15/45 ゆうあ はじめてのJazz シリーズ7	11:15/45 名塚 リトモス 45		11:15/45 HIRO ピラティス		11:00 宝賀バレエ スクール (成人)	11:15/45 瓜生 ガールズ HIPHOP	11:15/45 渡邊 MEGADANZ 45	11:05/60 Cge Cge Number (成人)			
12:00																					
12:30	12:15/45 ひかり ZUMBA 45	12:30/45 大澤 ハインパクト 45		12:15/45 猪野 ハインパクト 45	12:15/45 Ayu モムチャン フィットネス		12:15/45 浅野 ヨガ	12:30/45 大澤 初級ステップ		12:15/45 名塚 ポルドブラ ※定員10名 (有料500円)	12:30/45 RYO HipHop all that groove	12:00/60 Eriko ベリーダンス (有料2,500円 →特別1,500円)		12:30/45 堀越 ボディパンプ 45	12:35/45 萩野いづみ バレエ バリエーション (有料2,000円)	12:15/45 HIRO ボディバランス 45(FX)	12:15/45 渡邊 ZUMBA 45	12:15/45 尾花 コンバットテック ※定員10名 (有料3,000円)			
13:00																					
13:30																					
14:00	14:00/45 瓜生 ガールズ HIPHOP						13:30/45 ひかり ボディジャム45	13:30/45 大澤 ローハイエアロ 45		13:30/45 Eriko ZUMBA 45	13:30/60 RYO HipHop all that groove スキルアップ (成人)		13:45/45 松井 ダンスエアロ	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	13:15/60 BREAK STYLE (小学生)			
14:30																					
15:00																					
15:30																					
16:00																					
16:30																					
17:00																					
17:30																					
18:00																					
18:30																					
19:00																					
19:30	19:15/30 Jon LES MILLS CORE	19:00/45 ひかり ボディジャム45	19:15/30 萩野いづみ THE ストレッチ (有料300円)	19:15/45 ゆうあ はじめてのJazz シリーズ7	19:15/45 堀越 ボディパンプ 45	19:40/45 林 初級バレエ ※定員12名	19:15/45 JIN Dance Flavor	19:15/45 とみや ボディコンバット 45	19:15/45 Yuriko ヨガ	19:15/45 Ayu モムチャン フィットネス	19:15/45 名塚 リトモス 45	19:00/45 AYAKA ヨガ	19:15/45 HIRO ボディバランス 45(FX)	19:15/45 渡邊 MEGADANZ 45	19:00 バイシア チアダンス スクール (中学生)	19:00/60 Cge Critical-State's (成人)					
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	宝賀バレエ スクール 体験時 要予約 (成人①)	NEW 20:15/30 ゆうあ LES MILLS BARRE	20:15/45 Eriko MEGADANZ 45	20:35/30 林 バレエ購ってみよう ※定員8名 (有料300円)	20:15/45 松井 オリジナルエアロ 45	20:15/45 ひかり ZUMBA 45	20:15/45 JIN Street Level	20:15/45 HIRO ボディバランス 45	20:15/45 名塚 オリジナルエアロ 45		20:15/45 ゆうあ はじめてのJazz シリーズ7	20:15/45 とみや ボディアタック 45		リセット ストレッチ					
21:00																					
21:30																					
22:00																					
22:30																					

# 休館日



定員人数：Aスタジオ：20名 Bスタジオ：45名 Cスタジオ：16名  
 ■10/18(月)~10/22(金) 24時間前予約開始 ■10/23(土) 2時間前予約開始  
 ■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

10月1日(金)~  
**アプリ予約の締切時間**が変更になります。  
 変更前 30分前 → 変更後 60分前  
 ※また、アプリでのキャンセルが間に合わなかった場合は当クラブまでキャンセルの旨、お電話にてお伝え頂きますようお願い申し上げます。