

	月	火	水	木	金	土	日
				1/6.13.20.27			
	1/24	1/17	1/11.25	1/5.19	1/12.26		毎週
10:00	10:00-10:45 リラックス ヨガ Nanae	10:00-10:45 太極拳 Sachiko	10:00-10:45 骨盤体操 (Q-ren) Tomoko	10:00-10:45 健康体操 (リン パビクス) Sachiko	10:00-10:45 ZUMBA Mika	9:30-10:15 TOMOKO 柴崎 ZUMBAサークル (テラチケット利用OK)	9:40 レンタル
		1/18				10:30-11:15 リズム英語遊び	ロボット教室
	1/24		1/11.25	1/5.19	1/12.26	Zumbini	
11:00	11:00-11:45 美ューティ BodyWave Nanae	11:15-12:00 1/17.31 らくらく運動 Miho	10:30-11:15 テラ多摩川 サロン(¥300) おしゃべり &体操30分	11:00-11:45 ZUMBA GOLD Reiko	11:00-11:45 太極舞 Sachiko	11:00-11:45 ラテンエクス プレスコンサルサ Sachiko	↑ (開催場所) 柴崎スタジオ LAVIE (柴崎駅より徒歩5分)
						1/7.21	1/14.28
						11:00-11:45 やさしい コアボール Tomoko	11:00-11:45 やさしい ピラティス Tomoko
							(0-4才のお子様クラス)
12:00	1/24	1/17.31	1/18	1/11.25	1/12.26	1/7.14.21.28	
	12:30-13:15 ZUMBA Kyoko	12:30-13:15 ZUMBA Miho	12:00-12:45 ZUMBA Tomoko	12:00-12:45 美温活リンパス トレッチ Sachiko	12:00-12:45 ZUMBA Tomoko		レンタル
13:00			1/18	1/11.25	1/19	1/12.26	1/7.14.21.28
			13:00-13:45 ラテンエクス プレスコンサルサ Tomoko	13:00-13:45 コアボール Tomoko	13:00-13:45 ZUMBA Miho	13:00-13:45 ZUMBA GOLD Miho	13:00-13:45 やさしいラテン Tomoko
							1/8.29
							1/15.22
14:00			1/11.18.25		1/13.27	1/7.14.21.28	
			14:00-14:45 ZUMBA Tomoko		14:00-14:45 アースヨガ Nanae	14:00-14:45 ZUMBA GOLD Tomoko	
			1/11.18.25		1/27	1/6.20	
			14:50-16:05 ラテン75 ラテン基礎+ラテンエクス プレス コンサルサ (参加費=チケット1枚+¥500)	第1.3 16:30-18:00	15:15-16:00 骨盤体操 (Q-ren) Kyoko	15:15-16:00 ボディメイク ピ ラティス Kyoko	15:30-18:30 キッズ チアダンス (幼児-低学年) Natsuna
	第2.4 16:30-18:00 ロボット教室	毎週 16:30-17:30 ティアラバレエ (幼児-低学年)		1/5	1/12.26		レンタル
	1/17.31						
	19:00-19:45 ZUMBA Tomoko	高山 操		19:00-19:45 ZUMBA Mika	19:00-19:45 ZUMBA Tomoko		

スタジオレッスン

ご予約はLINEが便利です


