

月		火		水		木		金		土		日	
千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音	千田	観音
◆担当講師										1		2 JBC広島	
三尾幸子										9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
藤村奈緒子										11:15-12:15 入門P		11:15-12:45 バー&PA	
大下智子										12:30-14:00 プラI II		12:45-15:15 大人特級	
近永朋香										14:30-16:00 初級		15:30-18:30 大人コーデ 兼付	
										16:15-17:15 PA			
										17:30-19:00 大人特級	16:30-18:30 Sクラス		
										19:15-20:45 Jr			
3		4		5		6		7		8		9	
10:30-12:00 超初級		10:00-11:00 ジャイロキネシス				10:30-12:00 初級				9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA		11:15-12:45 入門		11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA				11:15-12:15 入門P		11:15-12:45 バー&PA	
		14:00-15:30 バー&ピタパン講座		12:10-13:10 スロー特級		13:30-14:30 Vaクラス				12:30-14:00 プラI II		12:45-15:15 大人特級	
				16:00-17:00 エンジェル						14:30-16:00 初級		15:30-18:30 子ども フィナーレ 兼付	
17:00-18:30 キッズP		17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレII		17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレI II		16:15-17:15 PA			
18:30-19:00 コンクール				18:30-20:00 Jr	17:45-22:00 Sクラス	18:30-19:15 コンクール		18:45-20:15 キッズ・ジュニア		17:30-19:00 大人特級	18:30-18:30 Sクラス		
18:45-20:15 Jr		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 バー&ピタパン講座		19:30-21:00 ジャイロキネシス		20:15-21:00 コンクール		19:15-20:45 Jr			
10		11		12		13		14		15		16	
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門				10:30-12:00 初級				9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA				11:15-12:15 入門P		11:15-12:45 バー&PA	
		13:30-15:00 バー&ピタパン講座		12:10-13:10 スロー特級		13:30-14:30 Vaクラス				12:30-14:00 プラI II		12:45-15:15 大人特級	
				16:00-17:00 エンジェル						14:30-16:00 初級		15:30-18:30 大人コーデ 兼付	
17:00-18:30 キッズP	17:00-19:00 プレSクラス	17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレII		17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレI II		16:15-17:15 PA			
18:30-19:00 コンクール				18:30-20:00 Jrピラティス		18:30-19:15 コンクール		18:45-20:15 キッズ・ジュニア		17:30-19:00 大人特級			
18:45-20:15 Jr		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 ピラティス&バー		19:30-21:00 初級		20:15-21:00 コンクール		19:15-20:45 Jr			
17		18		19		20		21		22		23	
10:30-12:00 超初級		10:00-11:00 ジャイロキネシス				10:30-12:00 初級				9:30-11:00 入門超初級		9:30-11:00 入門超初級	
12:15-13:15 PA		11:15-12:45 入門		11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA				11:15-12:15 入門P		11:15-12:45 バー&PA	
		14:00-15:30 バー&ピタパン講座		12:10-13:10 スロー特級		13:30-14:30 Vaクラス				12:30-14:00 プラI II		12:45-15:15 大人特級	
				16:00-17:00 エンジェル						14:30-16:00 初級			
17:00-18:30 キッズP	17:00-19:00 プレSクラス	17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレII		17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレI II		16:15-17:15 PA			
18:30-19:00 コンクール				18:30-20:00 Jr	17:45-22:00 Sクラス	18:30-19:15 コンクール		18:45-20:15 キッズ・ジュニア		17:30-19:00 大人特級	18:30-18:30 Sクラス		
18:45-20:15 Jr		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 バー&ピタパン講座		19:30-21:00 ジャイロキネシス		20:15-21:00 コンクール		19:15-20:45 Jr			
24		25		26		27		28		29		30	
10:30-12:00 超初級		10:30-12:00 入門				10:30-12:00 初級							
12:15-13:15 PA				11:00-12:00 スロー		12:15-13:15 PA							
		13:30-15:00 バー&ピタパン講座		12:10-13:10 スロー特級		13:30-14:30 Vaクラス							
				16:00-17:00 エンジェル									
17:00-18:30 キッズP	17:00-19:00 プレSクラス	17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレII		17:00-18:30 プレI		17:00-18:30 プレI II		16:15-17:15 PA			
18:30-19:00 コンクール				18:30-20:00 Jr	17:45-22:00 Sクラス	18:30-19:15 コンクール		18:45-20:15 キッズ・ジュニア		17:30-19:00 大人特級			
18:45-20:15 Jr		19:30-21:00 バー&PA		20:00-21:30 バー&ピタパン講座		19:30-21:00 初級		20:15-21:00 コンクール				15:30-17:00 大人コーデ	

ジャイロキネシス、ピラティスクラスはヨガマットを各自ご持参ください。
 なお、ジャイロキネシスは定員がありますので予約制クラスとなります。以下のURLからお申込みください。回数券使用可能です。
<https://coubic.com/bodybase>