

1

13:30

バレエ初級 90分
芹澤創 ※1

2

休館日

3

11:05

シアターダンス
真輝 いづみ

13:15

スニーカーでできるタップダンス
一斗

15:30

K-POP【完コピ】
藤田こころ (1st)

19:30

シアターJAZZ
仲本詩菜

4

10:30

バレエ初中級 90分
玲実くれあ ※1

20:15

バレエ初中級 90分
KI-NA (優希しおん) ※1

5

10:55

筋膜リリース&ストレッチ
秋音光

13:00

ラテンエクスプレスコンサルサ+
金子智恵 (1st)

14:15

トータルボディトーニング
金子智恵

19:45

ジャズダンス
KI-NA (優希しおん)

6

9:15

シアターJAZZ 上級
隼海怪

11:30

バレエ初級
加茂雅子

12:40

バレエ中級
加茂雅子

13:50

ヴァリエーション
加茂雅子 ※3

20:00

シアターJAZZ
仲本詩菜

7

9:20

バレエ初中級 90分
羽織夕夏 ※1

11:10

ラテンエクスプレス*
金子智恵

12:30

シアターダンス
谷本充弘

14:30

初めてのフラメンコ
勝亦桂子 (1st)

8

10:50

シアターJAZZ
林下友美

12:00

テーマパークダンス
ayana

13:30

バレエ中級 90分
芹澤創 ※1

15:30

シアターダンス
冴月瑠那 (1st)

9

9:30

シアターJAZZ 上級
隼海怪

11:00

ピラティス&ストレッチ
愛白もあ

12:15

ヤムナボディローリング
愛白もあ

13:30

初めてのバレエ
林下友美

14:45

バレエ初級
林下友美

19:45

シアターJAZZ 初級
隼海怪

10

9:20

バレエ初中級 90分
KI-NA (優希しおん) ※1

11:05

シアターダンス
真輝 いづみ

12:15

スライドボードトレーニング
夏城らんか 定員8名

13:30

スニーカーでできるタップダンス
一斗

19:00

初めてのバレエ
羽織夕夏

20:15

バレエ初級
羽織夕夏

11

11:30

バレエ初級
加茂雅子

12:45

バレエ中級
加茂雅子

20:30

シアターJAZZ
吉川哲朗

12

休館日

13

10:00

Ballet HIIT
羽織夕夏

11:30

バレエ初中級 90分
加茂雅子 ※1

13:10

ヴァリエーション
加茂雅子 ※3

20:00

シアターJAZZ
仲本詩菜

14

9:20

バレエ初中級 90分
羽織夕夏 ※1

11:10

ラテンエクスプレス*
金子智恵

13:15

ダンスフィットネス
秋音光

14:30

筋膜リリース&ストレッチ
秋音光

15

12:00

ピラティスリング
ayana

13:30

バレエ中級 90分
芹澤創 ※1

16

9:30

シアターJAZZ 上級
隼海怪

11:00

ヤムナボディローリング
愛白もあ

12:15

ピラティス&ストレッチ
愛白もあ

13:30

バレエ基礎クラス
林下友美

14:45

バレエ初級
林下友美

18:30

バレエ初中級 90分
玲実くれあ ※1

20:15

ジャズダンス
KI-NA (優希しおん)

17

11:05

シアターダンス
真輝 いづみ

12:15

血流巡りヨガ
KI-NA (優希しおん)

13:30

スニーカーでできるタップダンス
一斗

15:30

K-POP【完コピ】
藤田こころ (1st)

19:30

シアターJAZZ
仲本詩菜

18

9:45

バレエ初中級 90分
玲実くれあ ※1

11:30

バレエ初中級 90分
加茂雅子 ※1

13:10

ヴァリエーション
加茂雅子 ※3

19

9:55

バレエコンテンポラリー
羽織夕夏

11:15

筋膜リリース&ストレッチ
秋音光

13:00

ラテンエクスプレスコンサルサ+
金子智恵 (1st)

14:15

トータルボディトーニング
金子智恵

19:45

シアターJAZZ 初級
隼海怪

20

休館日

21

9:20

バレエ初中級 90分
羽織夕夏 ※1

11:10

ラテンエクスプレス*
金子智恵

12:30

シアターダンス
谷本充弘

14:30

初めてのフラメンコ
勝亦桂子 (1st)

17:30

初めてのバレエ
芹澤創

18:45

バレエ初級
芹澤創

22

10:50

シアターJAZZ
林下友美

12:00

テーマパークダンス
ayana

13:30

バレエ初級 90分
芹澤創 ※1

15:30

ダンスフィットネス
秋音光

23

9:15

シアターJAZZ 上級
隼海怪

10:30

ピラティス&ストレッチ
愛白もあ

11:45

ヤムナボディローリング
愛白もあ

13:30

初めてのバレエ
林下友美

14:45

バレエ初級
林下友美

20:45

シアターJAZZ 初級
隼海怪

24

11:05

シアターダンス
真輝 いづみ

12:15

スライドボードトレーニング
夏城らんか 定員8名

13:30

スニーカーでできるタップダンス
一斗

19:30

バレエ初中級 90分
羽織夕夏 ※1

25

9:55

バレエコンテンポラリー
羽織夕夏

11:30

バレエ初級
加茂雅子

12:45

バレエ中級
加茂雅子

20:15

バレエ初中級 90分
KI-NA (優希しおん) ※1

26

13:00

ラテンエクスプレスコンサルサ+
金子智恵 (1st)

14:15

トータルボディトーニング
金子智恵

27

10:00

Ballet HIIT
羽織夕夏

11:30

バレエ初級
加茂雅子

12:40

バレエ中級
加茂雅子

13:50

ヴァリエーション
加茂雅子 ※3

28

9:20

バレエ初中級 90分
羽織夕夏 ※1

11:10

ラテンエクスプレス*
金子智恵

13:15

ダンスフィットネス
秋音光

14:30

シアターダンス
冴月瑠那 (1st)

29

12:00

バレトン・ソール・シンセシス
ayana

14:30

ダンスフィットネス
秋音光 (1st)

30

9:30

シアターJAZZ 上級
隼海怪

11:00

ヤムナボディローリング
愛白もあ

12:15

ピラティス&ストレッチ
愛白もあ

13:30

バレエ基礎クラス
林下友美

14:45

バレエ初級
林下友美

19:30

バレエ初中級 90分
玲実くれあ ※1

※1

※2

※3

予約

オンライン予約

www.fitnessclubhiroo.com