

(日) SUN

(月) MON

(火) TUE

(水) WED

(木) THU

(金) FRI

(土) SAT

1

--	--

2

--	--

3

9:20	バレエ初級 90分 KI-NA (優希しおん) ※1
11:00	シアターダンス 真輝いづみ
12:15	ダンスフィットネス 秋音光
15:30	K-POP [完コピ] 藤田こころ (1*)
18:00	シアターJAZZ 初級 隼海惺 (1*)
19:00	バレエ 復習クラス 芹澤創
20:15	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1

4

9:45	女性の為の骨盤底筋ピラティス 愛白もあ ※5
11:00	ヤムナボディローリング 愛白もあ
12:15	バレエ初級 加茂雅子
13:30	バレエ中級 加茂雅子
16:00	ジャズダンス (1*) KI-NA (優希しおん)
17:15	バレエ初級 90分 花咲あいり ※1

5

9:55	筋線りリリース&ストレッチ 秋音光
11:10	バレエ初級 KI-NA (優希しおん)
13:00	ラテンエクサプレッショナルサ+ 金子智恵 (1*)
14:15	トータルボディトーンニング 金子智恵

6

9:15	シアターJAZZ 上級 隼海惺
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

7

9:20	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
13:10	シアターJAZZ 仲本詩葉
14:15	初めてのフラメンコ 蘭このみ (1*)
17:30	バレエ初級 芹澤創
18:45	バレエ中級 芹澤創

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

9

13:30	初めてのバレエ 林下友美
14:45	バレエ初級 林下友美

10

11:00	シアターダンス 真輝いづみ
12:15	ダンスフィットネス 秋音光
19:00	バレエ初級 羽織夕夏
20:15	バレエ初級 90分 芹澤創 ※1

11

9:45	女性の為の骨盤底筋ピラティス 愛白もあ ※5
11:00	ヤムナボディローリング 愛白もあ
12:15	バレエ初級 加茂雅子
13:30	バレエ中級 加茂雅子
17:15	バレエ初級 90分 花咲あいり ※1

12

--	--

13

9:20	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
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

14

9:20	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
11:10	ラテンエクサプレッショナルサ+ 金子智恵
13:10	シアターダンス 谷本充弘
14:30	ダンスフィットネス 秋音光

15

12:00	ピラティスリング ayana
-------	-------------------

16

9:15	シアターJAZZ 上級 隼海惺
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
20:45	シアターJAZZ 初級 隼海惺

17

11:00	シアターダンス 真輝いづみ
12:15	ダンスフィットネス 秋音光
13:30	初めてのタップダンス 一斗
19:00	バレエ初級 羽織夕夏
20:15	バレエ中級 90分 芹澤創 ※1

18

9:45	女性の為の骨盤底筋ピラティス 愛白もあ ※5
11:00	ヤムナボディローリング 愛白もあ
12:10	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
13:50	ヴァリエーション 加茂雅子 ※3
17:15	バレエ初級 90分 花咲あいり ※1
20:15	シアターJAZZ 吉川哲朗

19

9:40	ピラティス&ストレッチ 花咲あいり
11:00	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
13:00	ラテンエクサプレッショナルサ+ 金子智恵 (1*)
14:15	トータルボディトーンニング 金子智恵
20:30	シアターJAZZ 仲本詩葉

20

--	--

21

9:20	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
11:10	ラテンエクサプレッショナルサ+ 金子智恵
13:10	シアターJAZZ 仲本詩葉

22

10:50	シアターJAZZ 林下友美
12:00	テーマパークダンス ayana

23

9:45	シアターJAZZ 上級 隼海惺
13:30	初めてのバレエ 林下友美
14:45	バレエ初級 林下友美
20:15	シアターJAZZ 初級 隼海惺

24

11:00	シアターダンス 真輝いづみ
13:30	タップダンス初級 一斗
15:30	K-POP [完コピ] 藤田こころ (1*)
19:00	バレエ初級 羽織夕夏
20:15	バレエ初級 90分 芹澤創 ※1

25

12:15	バレエ初級 加茂雅子
13:30	バレエ中級 加茂雅子
17:15	バレエ初級 90分 花咲あいり ※1
20:15	シアターJAZZ 吉川哲朗

26

9:40	ピラティス&ストレッチ 花咲あいり
10:50	バレエ初級 羽織夕夏
12:00	バレエコンテンポラリー 羽織夕夏
13:00	ラテンエクサプレッショナルサ+ 金子智恵 (1*)
14:15	トータルボディトーンニング 金子智恵
16:50	シアターダンス (1*) 桐生 国加 ※1
20:30	シアターJAZZ 仲本詩葉

27

10:00	バレエ初級 90分 加茂雅子 ※1
11:40	ヴァリエーション 加茂雅子 ※3
12:40	バレエ初級 90分 花咲あいり ※1
17:00	シアターダンス (1*) 桐生 国加 ※1

28

9:20	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
11:10	ラテンエクサプレッショナルサ+ 金子智恵
13:10	シアターダンス 谷本充弘
14:15	初めてのフラメンコ 勝あき 桂子 (1*)

29

12:00	バレエインソール・シンセシス ayana
14:00	初めてのタップダンス 一斗

30

9:15	シアターJAZZ 上級 隼海惺
10:30	バレエ初級 90分 KI-NA (優希しおん) ※1
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
20:15	シアターJAZZ 初級 隼海惺

31

11:00	シアターダンス 真輝いづみ
12:15	ジャズダンス KI-NA (優希しおん)
13:30	タップダンス初級 一斗
18:45	初めてのバレエ 羽織夕夏
20:00	バレエ初級 羽織夕夏



オンライン予約
www.fitnessclubhiroo.com

※1 フィットネスクラブ広尾会員様は1チケット+550円もしくは2チケット (事前に1,100円チケットへの交換が必要です) にてご参加可。プレミアム会員様は60分チケットでご予約の後、当日お差額をフロントにてお支払い下さい。
※2 タップシューズをお持ちの方は着用が可能です。着用になる場合はタップボード(有料: 都度レンタル500円、10回券3,000円) をフロントにてレンタルしていただくようお願いいたします。
※3 フィットネスクラブ広尾の会員様は1,650円にてご参加いただけます (プレミアムレッスンチケット消化はございません。同日のバレエクラスにご参加の方のみご参加いただけます。)
※4 フィットネスクラブ広尾会員様は有料1,650円にてご参加いただけます。(プレミアムレッスンチケット消化はございません。)
※5 女性のための骨盤底筋群ピラティスは女性限定クラスです。