

(日) SUN

(月) MON

(火) TUE

(水) WED

(木) THU

(金) FRI

(土) SAT



オンライン予約
www.fitnessclubhiroo.com

5

9:30	ストレッチヨガ (1*) 桜帆ゆかり
12:00	テーマパークダンス ayana
13:30	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1

6

9:15	シアターJAZZ 上級 隼海榎
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 隼海榎

12

9:30	ストレッチヨガ (1*) 桜帆ゆかり
10:50	シアターJAZZ 林下友美
12:00	ピラティスリング ayana
13:30	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1

19

9:30	ストレッチヨガ (1*) 桜帆ゆかり
10:50	バレエコンテンポラリー 羽織夕夏
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

26

9:30	ストレッチヨガ (1*) 桜帆ゆかり
10:50	シアターJAZZ 林下友美
12:00	バレエコンテンポラリー ayana
13:30	バレエ初級 90分 芹澤創 ※1

7

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	初めてのバレエ 羽織夕夏
20:15	バレエ初級 羽織夕夏

13

9:45	シアターJAZZ 上級 隼海榎
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

9:15	シアターJAZZ 上級 隼海榎
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 隼海榎

27

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
19:45	バレエ初級 90分 玲実くれあ ※1

28

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 復習クラス 芹澤創

8

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	ジャズダンス KI-NA (優希しおん)
13:30	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
14:15	ベルビクストレッチ (1*)松永尚子
20:30	シアターJAZZ 仲本詩菜

14

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
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 復習クラス 芹澤創

21

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
13:30	初めてのタップダンス 一斗

22

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
14:15	ベルビクストレッチ (1*)松永尚子
14:40	初めてのポアントクラス 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

29

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 90分 玲実くれあ ※1
14:15	ベルビクストレッチ (1*)松永尚子
17:15	バレエ初級 90分 花咲あいり ※1

9

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
14:15	ベルビクストレッチ (1*)松永尚子
14:40	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

15

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
14:15	ベルビクストレッチ (1*)松永尚子
14:40	初めてのポアントクラス 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

22

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
14:15	ベルビクストレッチ (1*)松永尚子
14:40	初めてのポアントクラス 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

23

9:55	筋力リリース&ストレッチ 秋音光
11:15	バレエ初級 90分 加茂雅子 ※1
13:00	ラテンエクスペリエンス 金子智恵 (1*)
14:15	トータルボディトーン 金子智恵
20:30	シアターJAZZ (1*) 仲本詩菜

30

9:55	筋力リリース&ストレッチ 秋音光
11:15	バレエ初級 90分 加茂雅子 ※1
13:00	ラテンエクスペリエンス 金子智恵 (1*)
14:15	トータルボディトーン 金子智恵
20:30	シアターJAZZ初級 (1*) 隼海榎

休館日

休館日

休館日

休館日

3

9:15	シアターJAZZ 上級 隼海榎
11:30	バレエ初級 90分 加茂雅子 ※1
13:10	ヴァリエーション 加茂雅子 ※3

休館日

17

10:00	バレエ初級 加茂雅子
11:10	バレエ中級 加茂雅子
12:20	ヴァリエーション 加茂雅子 ※3
13:20	ピラティス&ストレッチ 花咲あいり

24

10:00	バレエ初級 加茂雅子
11:10	バレエ中級 加茂雅子
12:20	ヴァリエーション 加茂雅子 ※3
13:20	ピラティス&ストレッチ 花咲あいり
20:00	バレエ初級 90分 玲実くれあ ※1

4

9:20	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
11:10	ラテンエクスペリエンス 金子智恵
13:10	シアターJAZZ 仲本詩菜
14:30	ダンスフィットネス 秋音光
17:30	バレエ初級 90分 芹澤創 ※1

11

9:20	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
11:10	ラテンエクスペリエンス 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 勝亦桂子 (1*)
17:30	バレエ中級 90分 芹澤創 ※1

18

9:20	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
11:10	ラテンエクスペリエンス 金子智恵
17:30	初めてのバレエ 芹澤創
18:45	バレエ初級 芹澤創

25

9:20	バレエ初級 90分 羽織夕夏 ※1
11:10	ラテンエクスペリエンス 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 蘭このみ (1*)
15:30	バレエ初級 90分 玲実くれあ ※1
17:30	バレエ初級 芹澤創
18:45	バレエ中級 芹澤創

※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。