

★★★ビジョンよしだ スタジオレッスン 1月度 週間スケジュール★★★

	月		火	水		木		金			土		日		
	スタジオA	スタジオB		スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB		スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	
13:00				ラディカルエアロ 23 13:30~ 14:00						10:00			ファイドウ 93 10:30~ 11:00		
14:00	レインボーダイエット (川崎) 13:45~ 15:00	メガダンス 71 14:30~ 15:00		レインボーダイエット (川崎) 13:45~ 15:00	ファイドウ 93 13:30~ 14:00	ラディカルヨガ 25LV-1 14:30~ 15:00	いきいき体操 (川崎) 13:45~ 15:00	メガダンス 70 13:30~ 14:00	すっきりリシェイプ (岩城) 13:45~ 14:45		初めて トレーニング (長谷川) 10:45~ 11:45		ポール& ストレッチ90 (川崎) 10:45~ 12:15		
15:00		ファイドウ 92 15:30~ 16:00		かんたんエアロ (川崎) 15:15~ 16:15	オキシジェノ 75 15:30~ 16:00		ハイパーサー 30 15:30~ 16:00		かんたんステップ (川崎) 15:00~ 16:00	12:00					
16:00					ファイドウ 93 16:30~ 17:00		ラディカルエアロ 22 16:30~ 17:00		ラディカルエアロ 22 15:30~ 16:00		13:00				
17:00											14:00				
18:00											15:00				
19:00	サーキット トレーニング90 (川崎) 19:00~ 20:30	ユーバンド 73 19:15~ 19:45			ファイドウ 93 19:15~ 19:45	ポール& ストレッチ90 (川崎) 19:00~ 20:30	イレブン 30 19:15~ 19:45		パンチ&サーキット (岩城) 19:30~ 20:30	メガダンス 70 19:15~ 19:45		メガダンス 71 15:15~ 15:45		オキシジェノ 76 15:15~ 15:45	
20:00		ラディカルヨガ 24-LV1 20:00~ 20:30			メガダンスフリー 69 20:00~ 20:30		ファイドウ 90 20:00~ 20:30			16:00		ファイドウ 91 16:00~ 16:30		ラディカルエアロ 23 16:00~ 16:30	
21:00										17:00					

**【教室の申し込みについて】**  
参加される場合は1回受付窓口となりにある券売機にて**【教室券】**をお買い求めください。  
**教室券の種類は【1回券:300円】と【各スタジオ1か月通し券:2,000円】**  
**【スタジオ共通1か月通し券:3,000円】**があります。  
※スケジュールは変更する場合もあります。