★☆★ビジョンよしだ　スタジオレッスン　12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					ファイドウ 96 13:30～14:00		メガダンス 75 13:30～14:00		ラディカルヨガ27Lv-1 13:30～14:00	10:00		ファイドウ 96 10:30～11:00		メガダンス 75 10:30～11:00
14:00	レインボー体操（川崎） 13:45～15:00	ラディカルエアロ 26 13:30～14:00		レインボー体操（川崎） 13:45～15:00	ラディカルヨガ28A 14:30～15:00	いきいき体操（川崎） 13:45～15:00	ファイドウ 97 14:30～15:00	すっきりシェイプ（岩城） 13:45～14:45	ファイドウ 96 14:30～15:00	11:00	初めてトレーニング（長谷川） 10:45～11:45	ラディカルエアロ 27 11:15～11:45	ポール＆ストレッチ90（川崎） 10:45～12:15	ファイドウ 97 11:15～11:45
15:00		メガダンス 74 14:30～15:00		かんたんエアロ（川崎） 15:15～16:15	オキシジェノ 80 15:30～16:00		ハイパーシー 35 15:30～16:00	かんたんステップ（川崎） 15:00～16:00	ラディカルエアロ 27 15:30～16:00	12:00				
16:00		ファイドウ 97 15:30～16:00			ファイドウ 96 16:30～17:00		メガダンスフリー73 16:30～17:00			13:00			サーキットトレーニング90（川崎） 13:30～15:00	
17:00										14:00				
18:00										15:00		メガダンス 74 15:15～15:45		オキシジェノ 79 15:15～15:45
19:00	サーキットトレーニング90（川崎） 19:00～20:30	ファイドウ 94 19:15～19:45			ファイドウ 96 19:15～19:45	ポール＆ストレッチ90（川崎） 19:00～20:30	ユーバウンド 77 19:15～19:45		メガダンス 75 19:15～19:45	16:00		ファイドウ 96 16:00～16:30		ラディカルエアロ 26 16:00～16:30
20:00		ラディカルヨガ27Lv-1 20:00～20:30			メガダンスフリー73 20:00～20:30		ファイドウ 95 20:00～20:30	パンチ＆サーキット（岩城） 19:30～20:30	ファイドウ 97 20:00～20:30	17:00				
21:00										18:00				

休館日

黄色枠は
スタジオ
プログラムA
1か月券あり

青色枠は
バーチャル
レッスンB
1か月券あり

【バーチャルスタジオについて】
教室時間は「目安」になります。曲の内容により終了時間が上下する場合がございます。
予めご了承ください。

【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。