

9月 日祝バラエティ

11:00

13:30

15:00

5日

ステップ3 45分
赤井(レベル3)

ボディジャム 45分
遠藤(レベル4)

ボディコンバット 45分
遠藤(レベル3~4)

12日

整理券

エアロ3 45分
長田(レベル3)

ボディアタック 45分
遠藤(レベル3~4)

ボディコンバットテック 10分
ボディコンバット 45分
遠藤(レベル3~4)

19日

コアトレ 45分
廣山(レベル1)

ボディコンバット 45分
遠藤(レベル3~4)

ボディジャム 45分
遠藤(レベル4)

20日
(月)

エアロ3 45分
杉本(レベル3)

ボディアタック 45分
遠藤(レベル3~4)

ボディコンバットテック 10分
ボディコンバット 45分
遠藤(レベル3~4)

23日
(木)

エアロ3 45分
北村(レベル3)

FULLBOX®MIX 45分
山川(レベル3)

コアコン 45分
廣山(レベル1)

26日

エアロ2 45分
植木(レベル2)

FULLBOX®MIX 45分
山川(レベル3)

ボディアタック 45分
遠藤(レベル3~4)

9月 木曜日18:45~
隔週レッスン

2日 ステップ3
16日 ステップ3

9日 DANCE MIX
30日 DANCE MIX

10月 日祝バラエティ

3日

11:00~11:45
FULLBOX®新曲
山川(レベル3)

13:30~14:30
ボディジャム45
& テッククラス
遠藤(レベル3~4)

15:00~16:00
ボディコンバット45
& テッククラス
遠藤(レベル3~4)

10日

11:00~11:45
エアロ2
植木(レベル2)

13:30~14:15
ボディアタック45
遠藤(レベル3~4)

15:00~15:45
ボディコンバット45
遠藤(レベル3~4)

17日

整理券

11:00~11:45
エアロ3
長田(レベル3)

12:00~13:00
FULLBOX®新曲
山川(レベル3)

13:30~14:15
ボディジャム45
遠藤(レベル4)

15:00~16:00
ボディコンバット
遠藤(レベル3~4)

24日

11:00~11:45
ステップ3
赤井(レベル3)

12:00~12:45
エアロ3
杉本(レベル3)

13:30~14:15
ボディアタック45
遠藤(レベル3~4)

15:00~16:00
ボディジャム
遠藤(レベル4)

31日

11:00~11:45
ステップ3
赤井(レベル3)

13:30~14:30
FULLBOX®新曲
山川(レベル3)

15:00~16:00
ボディアタック
遠藤(レベル3~4)

**10月 木曜日
隔週レッスン**

**7日 ステップ3
21日 ステップ3**

**14日 DANCE MIX
28日 DANCE MIX**