



# ace < axiscore > studio

## yachiyodai 2010.10 START

時間/曜日	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		時間/曜日	
	STUDIO 1st	STUDIO 2nd	STUDIO 1st	STUDIO 2nd	STUDIO 1st	STUDIO 2nd	STUDIO 1st	STUDIO 2nd	STUDIO 1st	STUDIO 2nd	STUDIO 1st	STUDIO 2nd	STUDIO 1st	STUDIO 2nd		
10:00															10:00	
10:15~11:15	ウォーキング&リラクゼーション60 下田 由佳	太極拳60 菊池 三枝	TRY BALLESTONE50 ~バレトン~ 10:15~11:05 YUKI	TRY BAR30 ~バー~ 10:30~11:00 ken (18)	TRY AERO50 ~エアロ~ 10:20~11:10 SUMIKO	スワスワ60 ~キューバンエアロ~ 10:15~11:15 ミゲル	キッズ会員のみ ace会員のご利用はできません ママボディーメイク 乳児2か月~ 11:00~12:00 (第1・2・3木曜) 藤井 瑠美 (20)		姿勢改善ヨガ50 今川 千恵子	ステップスタート30 10:30~11:00 雅 (18)	エアロストロング45 10:15~11:00 すう	TRY BALL30 ~ボール~ 10:15~10:45 SHOTA (18)	ヨガ60 10:25~11:25 坂井 由美子	バレエ初級30 10:30~11:00 鴨田 栄子	11:00	
11:30~12:30	フラダンス60 Niulani茜	社交ダンス60 入門・初級 11:45~12:45 川瀬 昌明	ファイティング60 11:20~12:20 齋藤 ちなつ	CORE30(有料) 11:45~12:15 ken (7)	エアロストロング45 11:25~12:10 五味 澄子	バレエ 入門初級 11:30~12:30 中村 佑紀					ヨガ60 ~ヴィンヤサ~ 11:20~12:20 今川 千恵子	ステップストロング45 11:15~12:00 雅 (18)	TRY POWER50 ~パワー~ 11:15~12:05 SHOTA	エアロスタート30 11:15~11:45 すう	TRY COMBAT50 ~コンバット~ 11:40~12:30 SORA	バレエ60 初中級 11:15~12:15 鴨田 栄子
12:45~13:15	エアロスタート30 12:45~13:15 名倉 千尋	社交ダンス中級75 (有料) 13:00~14:15 川瀬 昌明	スポーツボイス50 12:35~13:25 東 哲一郎	ジャズ60 入門初級 12:30~13:30 植村 俊輔	ヨガ60 12:25~13:25 古川 まゆみ	CORE30(有料) 12:50~13:20 RUMINA (7)			CORE30(有料) 12:35~13:05 SANA (7)	フラダンス60 12:30~13:30 中川 笑	アシュタンガヨガ60 ~ビギナー~ 12:25~13:25 藤好 美香	骨盤道具体操30 12:15~12:45 萩原 聡 (18)	リリーススタイル60 ~HIPHOP~ 13:00~14:00 石黒 裕美	リトモス60 13:00~14:00 Minami	ピラティス45 12:30~13:15 鴨田 栄子	13:00
13:30~14:15	エアロストロング45 13:30~14:15 名倉 千尋		コーラスボイス50 (有料) 13:40~14:30 東 哲一郎	TRY BALANCE40 ~バランス~ 13:45~14:25 ken (18)	TRY POWER50 ~パワー~ 13:40~14:30 RUMINA (25)	アフリカダンス60 13:35~14:35 日光			エアロスタート45 13:20~14:05 中川 笑	ラテン60 13:50~14:50 トモコ ボルネチェリ	エアロアドバンス60 13:40~14:40 石井 良幸	コアレスボイス50 14:15~14:45 SANA (7)	TRY POWER50 ~パワー~ 14:15~15:05 NAOFUMI	骨盤体操50 13:30~14:20 木名瀬 史子	14:00	
14:30~15:30	ヨガ60 14:30~15:30 星名 恵子	リトモス60 14:30~15:30 名倉 千尋	エアロアドバンス60 14:45~15:45 名倉 千尋	バレエ60 初中級 14:45~15:45 内藤 洋子	ファイティング45 14:45~15:30 川上 友信	ジャンベ60 14:45~15:45 加藤タクミ (20)			ヨガ60 ~クリパルスタイル~ 15:20~16:20 石垣 麻衣子	Dance Dance Kids 幼児3歳~小1生 15:30~16:30 (第1・2・3金曜) 中川 笑 (20)	TRY BALLESTONE50 ~バレトン~ 15:00~15:50 tomoko	シアターダンス60 15:00~16:00 ミゲル	ストレッチポール30 15:20~15:50 穴戸 直史 (18)	ヨガ60 14:35~15:35 木名瀬 史子	15:00	
15:45~16:45	エアロサーキット60 15:45~16:45 金子珠枝		エアロスタート45 16:00~16:45 中元 沙奈	バレエ中級75 (有料) 16:00~17:15 内藤 洋子	ルーシーダットン60 15:45~16:45 川上 友信			親子Kidsヨガ 幼児2歳~小4生 16:00~17:00 (第1・2・3木曜) 古澤 麻美 (20)				TRY PILATES50 ~ピラティス~ 16:05~16:55 tomoko	ベリーダンス60 16:15~17:15 TEIKO	ステップアドバンス60 16:30~17:30 雅 (25)	16:00	
17:00								親子ふれあい 道具体操 幼児3歳~小4生 17:00~18:00 (第1・2・3木曜) 廣瀬 亜須可 (20)							17:00	
18:30~19:00	CORE30(有料) 18:30~19:00 ken (7)										バレエ中級75 (有料) 18:00~19:15 玉城 晴香				18:00	
19:20~20:05	ファイティング45 19:20~20:05 齋藤 ちなつ	リリーススタイル60 ~HIPHOP~ 19:00~20:00 赤地 寿美	調整中 NEW 整体ヨガ60 19:15~20:15 北 史子	リリーススタイル60 ~HOUSE~ 19:00~20:00 Singo	CORE30(有料) 19:00~19:30 ken (7)	ジャズ60 入門初級 19:30~20:30 植村 俊輔			ヨガ60 19:30~20:30 佐々木 小夜子	バレエ60 入門初級 19:25~20:25 玉城 晴香					19:00	
20:20~21:10	TRY POWER50 ~パワー~ 20:20~21:10 NAOFUMI (25)		調整中 NEW TRY POWER50 ~パワー~ 20:30~21:20 SHOTA (25)	CORE30(有料) 20:20~20:50 SANA (7)	TRY COMBAT30 ~コンバット~ 20:35~21:05 ken				TRY COMBAT50 ~コンバット~ 20:45~21:35 NAOFUMI	ポアントワーク30 (有料) 20:30~21:00 玉城 晴香					20:00	
21:25~21:55	ストレッチポール30 21:25~21:55 穴戸 直史 (18)		調整中 NEW アロマストレッチ30 21:35~22:05 松屋 翔大		BOSU30 21:20~21:50 ken (18)	リリーススタイル60 ~HOUSE~ 21:30~22:30 Shogo									21:00	
22:00															22:00	

平日★10:00-23:00 土★10:00-21:00 日・祝★10:00-19:00  
 定休日★毎週木曜日  
 TEL 047-480-2299

★レッスンは10分前開始のレッスン参加は、  
 ご遠慮願います。予めご了承ください。

★クラスの変更・インストラクターの代行に關しましては、  
 館内のインフォメーションにてご案内致します。

★(25) マークのあるレッスンは30分前よりジムカウンターにて  
 受付を開始いたします。数字が定員人数となります。

CORE  
 コーラスボイス  
 バレエ中級75  
 ポアントワーク  
 社交ダンス中級75

1回1,400円/月4回3,675円  
 (非フィットネス会員月4回5,250円)  
 1回1,400円/月3,675円  
 (非フィットネス会員月5,250円)  
 1回1,570円  
 1回500円  
 1回1,570円

有料クラスはフロントにて受付を行なっております