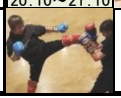
A. P. Studios　4月

→ 講師・インストラクター 募集！

▭ は カルチャークラス

月		火		水		木		金		土	
1F	2F	1F	2F	1F	2F	1F	2F	1F	2F	1F	2F
やさしいヨーガ ふみ 10:30〜11:30		ルーシーダットン タイ式ヨガ 藤原 愛 10:15〜11:10		ズンバ 無料体験 4月24日 くうみん 10:15〜11:00		ファンキーエアロ★ たかひろ 10:15〜10:50		クレンジングヨーガ ようこ 10:30〜11:25		ビューティヨーガ ようこ 10:40〜11:35	やさしい太極拳 千葉 陽子 10:30〜11:30
		ハタフローヨーガ ふみ 11:30〜12:25		ハッスルエアロ 佐藤 美生 11:20〜12:10	フラダンス 無料体験 5月22日 奥村 美和子 11:20〜12:10	ソフトリーヨーガ◆ たかひろ 11:05〜11:50		ビューティバレエ 平沢バレエ 11:40〜12:40		クラシックバレエ （大人） 平沢バレエ 12:15〜13:25	ズンバZUMBA◆ さとし 11:55〜12:40
		ミセスのクラシックバレエ 平沢バレエ 12:45〜13:55		きれいになるヨーガ ゆみ 12:30〜13:25						クラシックバレエ （4才〜8才） 平沢バレエ 13:30〜14:30	シンプルエアロ◆ みなすけ 13:00〜13:45
				爽やか気功体操 千葉 陽子 13:40〜14:40	わくわくエアロ★ 5/15 開始 13:30〜14:25	アイドルジャズダンス （4才〜8才） YO-KO 16:10〜17:05		アイドルヒップホップ （4才〜8才） MEGUMI 16:10〜17:10		クラシックバレエ （6才〜12才） 平沢バレエ 13:30〜14:50	
キッズ 空手 武嶋 栄次 17:10〜18:35		キッズヒップホップ （6才〜12才） Yuna 17:40〜18:40				キッズ 空手 初級 武嶋 栄次 17:25〜18:25		キッズヒップホップ （6才〜12才） YO-KO 17:30〜18:30		キッズヒップホップ （6才〜12才） MEGUMI 15:10〜16:10	
ルーシーダットン タイ式ヨガ 飯塚 弥生 19:00〜19:55		ディープリラックスヨガ ようこ 19:00〜19:55	ハワイアンフラダンス 奥村 美和子 19:00〜20:10	クレンジングヨーガ ようこ 19:00〜19:55	初めての◆HIP HOP TAKA 19:10〜19:50	30代〜の◆HIP HOP YO-KO 19:10〜19:55	インテグラルヨーガ たかひろ 19:00〜19:55	GIRL'S HIP HOP Yuna 19:00〜19:55		ルーシーダットン タイ式ヨガ ゆみ 16:30〜17:20	
入門HIP HOP Nobuaki 20:10〜21:10		キックボクシング 森田 洋子 20:10〜21:10		K-POP DANCE Yuna 20:10〜21:20	スマートエアロ★ たかひろ 20:05〜20:40	STREET JAZZ TAKA 20:10〜21:20	ナイトリラックスヨーガ ようこ 20:15〜21:10	初級 HIP HOP YO-KO 20:10〜21:20	クラシックバレエ （大人） 平沢バレエ 20:20〜21:30		
								ナチュラルヨーガ ゆみ 21:35〜22:25			

◆ビューティクラス（45分）　★無料レッスン（全てのコース会員様が、0円で受講できます）

→ 4月のスケジュールに進む

＊ヨガマットは無料　＊日曜・祝日は休館日　＊スタジオをレンタル出来ます（HPで確認）

→ 休講案内＆代講レッスン