



# gokantスクール タイムスケジュール 2024年7月 【2週目】

	8(月) 2週目					9(火) 2週目				10(水)	11(木) 2週目					12(金) 2週目				13(土) 2週目				14(日) 2週目											
	large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場	large studio	small studio	culture studio	work lounge		large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場	large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge								
10:00						10:00				10:00					10:00					10:00						10:00					10:00				
10:15						10:15				10:15					10:15					10:15						10:15					10:15				
10:30						10:30				10:30					10:30					10:30						10:30					10:30				
10:45	10:45~11:45					10:45				10:45					10:45					10:45						10:45					10:45				
11:00	ピラティス					11:00				11:00					11:00					11:00						11:00					11:00				
11:15	中村聡子					11:15				11:15					11:15					11:15						11:15					11:15				
11:30						11:30				11:30					11:30					11:30						11:30					11:30				
11:45						11:45				11:45					11:45					11:45						11:45					11:45				
12:00	12:00~13:00					12:00				12:00					12:00					12:00						12:00					12:00				
12:15	BODYCOMBAT					12:15				12:15					12:15					12:15						12:15					12:15				
12:30	岡公美					12:30				12:30					12:30					12:30						12:30					12:30				
12:45						12:45				12:45					12:45					12:45						12:45					12:45				
13:00						13:00				13:00					13:00					13:00						13:00					13:00				
13:15	13:15~14:15					13:15				13:15					13:15					13:15						13:15					13:15				
13:30	BODYBALANCE					13:30				13:30					13:30					13:30						13:30					13:30				
13:45	平川敦子					13:45				13:45					13:45					13:45						13:45					13:45				
14:00						14:00				14:00					14:00					14:00						14:00					14:00				
14:15						14:15				14:15					14:15					14:15						14:15					14:15				
14:30						14:30				14:30					14:30					14:30						14:30					14:30				
14:45						14:45				14:45					14:45					14:45						14:45					14:45				
15:00						15:00				15:00					15:00					15:00						15:00					15:00				
15:15						15:15				15:15					15:15					15:15						15:15					15:15				
15:30						15:30				15:30					15:30					15:30						15:30					15:30				
15:45						15:45				15:45					15:45					15:45						15:45					15:45				
16:00						16:00				16:00					16:00					16:00						16:00					16:00				
16:15						16:15				16:15					16:15					16:15						16:15					16:15				
16:30						16:30				16:30					16:30					16:30						16:30					16:30				
16:45						16:45				16:45					16:45					16:45						16:45					16:45				
17:00						17:00				17:00					17:00					17:00						17:00					17:00				
17:15						17:15				17:15					17:15					17:15						17:15					17:15				
17:30						17:30				17:30					17:30					17:30						17:30					17:30				
17:45						17:45				17:45					17:45					17:45						17:45					17:45				
18:00						18:00				18:00					18:00					18:00						18:00					18:00				
18:15						18:15				18:15					18:15					18:15						18:15					18:15				
18:30						18:30				18:30					18:30					18:30						18:30					18:30				
18:45						18:45				18:45					18:45					18:45						18:45					18:45				
19:00						19:00				19:00					19:00					19:00						19:00					19:00				
19:15						19:15				19:15					19:15					19:15						19:15					19:15				
19:30						19:30				19:30					19:30					19:30						19:30					19:30				
19:45	19:45~20:45					19:45				19:45					19:45					19:45						19:45					19:45				
20:00	ANIMALFLOW					20:00				20:00					20:00					20:00						20:00					20:00				
20:15	宇都宮孝一					20:15				20:15					20:15					20:15						20:15					20:15				
20:30						20:30				20:30					20:30					20:30						20:30					20:30				
20:45						20:45				20:45					20:45					20:45						20:45					20:45				
21:00	21:00~22:00					21:00				21:00					21:00					21:00						21:00					21:00				
21:15	BODYCOMBAT					21:15				21:15					21:15					21:15						21:15					21:15				
21:30	宇都宮孝一					21:30				21:30					21:30					21:30						21:30					21:30				
21:45						21:45				21:45					21:45					21:45						21:45					21:45				
22:00						22:00				22:00					22:00					22:00						22:00					22:00				

休日

# gokantスクール タイムスケジュール 2024年7月 【3週目】

15(月) 3週目						16(火) 3週目				17(水)	18(木) 3週目					19(金) 3週目				20(土) 3週目				21(日) 3週目								
large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場		large studio	small studio	culture studio	work lounge		large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場	large studio	small studio	culture studio	work lounge		large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge
		10:00~12:30 スバイス料理 ★超入門編				10:00~11:00 60歳から始める MAQUP 体験トレーニング	10:00~11:15 大人の 新トピアノ	10:00~12:30 発酵生活		10:00						10:00	10:00~11:00 3G				10:00	10:00~11:00 藤&リンパ美人 エクササイズ					10:00	10:15~11:15 Happy ADL		10:00~12:00 最強講師が教える 食と健康のための 食とカラダ	10:00~12:00 親子で キッズマナー スクール	10:00
10:45~11:45 ピティス 中村聡子		林聖唯			10:45	TOMOKO	高山勇貴		10:45	10:45~11:45 ピティスベビー 中村聡子					10:45	大山あゆみ				10:45	YOKO					10:45	Donky			Radical Conscious		10:45
12:00~13:00 BODYCOMBAT 岡公美					12:00	TOMOKO			12:00	12:00~13:00 中球 初級 NGTスポーツ					12:00	ウクレレ ジャムスクワレル				12:00	BAILA BAILA 山科久美					12:00	Donky	11:30~12:30 アロマリッタス				12:00
13:15~14:15 BODYBALANCE 平川敦子				13:00~15:00 陶芸 ※別会場 黒田清御用兼 高取現味楽家	13:00	13:45~14:45 ピティス 岡公美			13:00	13:15~14:15 卓球 中級 NGTスポーツ	13:00~14:15 おたまでいける魅力的な女性になるための 話し方 松崎さとみ	13:00~15:00 最強講師が 教える食と健康 のための食とカラダ			13:00	13:00~14:00 ベビ&ママヨガ 大藤彩				13:00	吉田万葉	13:30~14:15 Kids English DeaneGregory				13:00					13:00	
					13:15				13:15	14:00					14:00	14:30~15:30 60歳から始める MAQUP 有酸素運動				14:00	BODYPUMP 岡公美	Big mountain English DeaneGregory				14:00					14:00	
					13:30~15:30 己書 (おのれしよ) 華文字 3回コース 黒田清御用兼 高取現味楽家	14:15			14:15	14:45~15:45 BODYPUMP 川本私幸				14:45	YOKO					14:15	岡公美	Big mountain English DeaneGregory				14:15					14:15	
					14:30				14:30	15:00					15:00	15:15~16:30 60歳から始める MAQUP 有酸素運動				15:00	BODYSTEP 岡公美					15:00					15:00	
					14:45				14:45	15:15 心と身体が 感じる 雨しのび研			15:15~16:30 そらぼん 内田由美子		15:15	YOKO				15:15	岡公美					15:15					15:15	
					15:30	ent			15:30	16:00					16:00	16:00~17:00 ZUMBA@kids 山科久美				16:00	16:00~17:00 gokantリズム スネーク教室					16:00					16:00	
					15:45				15:45	16:30~17:30 チアダンス(キッズ)				16:30	17:00	17:15~18:15 ZUMBA@kids 山科久美				17:00	17:15~18:15 gokantリズム スネーク教室					17:00					17:00	
					16:00	MAKI CHEER DANCE 安藤真紀			17:00	17:45~18:45 チアダンス(キッズ)				17:45	18:00	Greenchord 福田亮祐				18:00	18:00 武藤亮宏					18:00					18:00	
					16:15				16:15					16:15	18:15					18:15						18:15					18:15	
					16:30				16:30					16:30	18:30~20:30 陶芸 ※別会場 黒田清御用兼 高取現味楽家					18:30	18:30~19:30 空手 安田利雄					18:30					18:30	
					16:45				16:45					16:45		18:45~19:45 BAILA BAILA 山科久美				18:45	18:45					18:45					18:45	
					17:00				17:00					17:00		19:00				19:00						19:00					19:00	
					17:15				17:15					17:15		19:15				19:15						19:15					19:15	
					17:30				17:30					17:30		19:30				19:30						19:30					19:30	
					17:45				17:45					17:45		19:45				19:45						19:45					19:45	
					18:00				18:00					18:00		20:00				20:00						20:00					20:00	
					18:15				18:15					18:15		20:15				20:15						20:15					20:15	
					18:30				18:30					18:30		20:30				20:30						20:30					20:30	
					18:45				18:45					18:45		20:45				20:45						20:45					20:45	
					19:00				19:00					19:00		21:00				21:00						21:00					21:00	
					19:15				19:15					19:15		21:15				21:15						21:15					21:15	
					19:30				19:30					19:30		21:30				21:30						21:30					21:30	
					19:45				19:45					19:45		21:45				21:45						21:45					21:45	
					20:00				20:00					20:00		22:00				22:00						22:00					22:00	
					20:15				20:15					20:15						20:15						20:15					20:15	
					20:30				20:30					20:30						20:30						20:30					20:30	
					20:45				20:45					20:45						20:45						20:45					20:45	
					21:00				21:00					21:00						21:00						21:00					21:00	
					21:15				21:15					21:15						21:15						21:15					21:15	
					21:30				21:30					21:30						21:30						21:30					21:30	
					21:45				21:45					21:45						21:45						21:45					21:45	
					22:00				22:00					22:00						22:00						22:00					22:00	

# gokantスクール タイムスケジュール 2024年7月 【4週目】

22(月) 4週目					23(火) 4週目				24(水)	25(木) 4週目					26(金) 4週目				27(土) 4週目				28(日) 4週目					
large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場	large studio	small studio	culture studio	work lounge		large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場	large studio	small studio	culture studio	work lounge		large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge	
10:00			10:00~11:30		10:00~11:00				10:00						10:00	10:00~11:00				10:00	10:00~11:00				10:00~12:00			10:00
10:15					60歳から始める MAQUP 体験トレーニング				10:15						10:15					10:15	10:15~11:15							10:15
10:30									10:30						10:30					10:30	Happy ADL							10:30
10:45	10:45~11:45				TOMOKO				10:45	10:45~11:45					10:45	大山ゆかり				10:45	YOKO						10:45	
11:00	ビテニス 中村聡子								11:00	ビテニスベビー 中村聡子					11:00					11:00	Donky						11:00	
11:15					11:15~12:15				11:15						11:15	11:15~12:45				11:15							11:15	
11:30					コアトレ TOMOKO				11:30						11:30	日本舞踊 (若柳風)				11:30	BAILA BAILA 山科久美						11:30	
11:45									11:45						11:45					11:45							11:45	
12:00	12:00~13:00								12:00	12:00~13:00					12:00					12:00							12:00	
12:15	BODYCOMBAT 岡公美								12:15	卓球 初級 NGTJスポーツ					12:15	石橋吉光吾				12:15							12:15	
12:30									12:30						12:30					12:30							12:30	
12:45									12:45						12:45					12:45							12:45	
13:00									13:00						13:00	13:00~14:00				13:00							13:00	
13:15	13:15~14:15								13:15	13:15~14:15					13:15	ペー&マヨガ 大藤彩				13:15							13:15	
13:30	BODYBALANCE 平川敦子				13:45~14:45				13:30	卓球 中級 NGTJスポーツ				13:30					13:30								13:30	
13:45					ビテニス 岡公美				13:45						13:45					13:45							13:45	
14:00									14:00						14:00					14:00							14:00	
14:15									14:15						14:15					14:15							14:15	
14:30									14:30						14:30	14:30~15:30				14:30							14:30	
14:45									14:45	14:45~15:45					14:45	60歳から始める MAQUP 有酸素運動 YOKO				14:45	14:45~15:45						14:45	
15:00					15:00~16:00				15:00	BODYPUMP 川本私幸					15:00					15:00							15:00	
15:15					心と身体が 輝くヨガ 癒しのヨガ eri				15:15						15:15					15:15							15:15	
15:30									15:30						15:30					15:30							15:30	
15:45									15:45						15:45					15:45							15:45	
16:00									16:00						16:00	16:00~17:00				16:00	16:00~17:00						16:00	
16:15									16:15						16:15					16:15							16:15	
16:30									16:30	16:30~17:30					16:30	チアダンス(キッズ) 山科久美				16:30							16:30	
16:45									16:45	チアダンス(キッズ) 若本愛					16:45					16:45							16:45	
17:00									17:00	MAKI CHEER DANCE 安藤真紀					17:00					17:00							17:00	
17:15	17:15~18:15								17:15						17:15	17:15~18:15				17:15							17:15	
17:30	ダンス The soulmatics 平井 勇生								17:30						17:30	ZUMBA@kids 山科久美				17:30							17:30	
17:45									17:45	17:45~18:45					17:45					17:45							17:45	
18:00									18:00	チアダンス(キッズ) 若本愛					18:00					18:00							18:00	
18:15									18:15	MAKI CHEER DANCE 安藤真紀					18:15					18:15							18:15	
18:30									18:30						18:30					18:30							18:30	
18:45									18:45						18:45	18:45~19:45				18:45							18:45	
19:00									19:00						19:00	BAILA BAILA 山科久美				19:00							19:00	
19:15									19:15						19:15					19:15							19:15	
19:30									19:30	BODYPUMP 岡公美					19:30					19:30							19:30	
19:45	19:45~20:45								19:45						19:45					19:45							19:45	
20:00	ANIMALFLOW 宇都宮幸一								20:00	20:30~22:00					20:00					20:00							20:00	
20:15									20:15						20:15					20:15							20:15	
20:30									20:30						20:30					20:30							20:30	
20:45									20:45						20:45					20:45							20:45	
21:00	21:00~22:00								21:00	フランス HULA MAHALO 寺田肇子					21:00					21:00							21:00	
21:15									21:15						21:15					21:15							21:15	
21:30									21:30						21:30					21:30							21:30	
21:45									21:45						21:45					21:45							21:45	
22:00									22:00						22:00					22:00							22:00	

休 店 日

# gokantスクール タイムスケジュール 2024年8月 【1週目】

1(木) 1週目					2(金) 1週目				3(土) 1週目				4(日) 1週目				5(月) 1週目					6(火) 1週目				7(水)				
large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場	large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場	large studio	small studio	culture studio	work lounge					
		10:00~12:30 新しいものづくり 創作女子			10:00~11:00 ヨガ			10:00~12:00 キャンドル スクール	10:00 YOKO						10:00~12:00 最新の調理法が教える 家と健康のための 良きカクダ	10:00~12:00 親子で キッズヨー グル							10:00~11:00 6歳から始める MAQUIP 体験レッスン	10:00~11:15 大人の 筋トレ&アソ		10:00~12:00 心の色を自由に描く 〜透明水彩・ アクリル・ 指染し入門〜				
10:45~11:45 ピラティス 中村麗子																	10:45~11:45 ピラティス 中村麗子													
					11:15~12:45 ウクレレ シャムクウクレレ				11:15~12:15 BAILABAILA 山科久美						11:30~12:30 アロマリクエスト Donky												11:15~12:15 ヨガ yumi. Iro はね花未			
12:00~13:00 卓球 初級																														
13:00 卓球 中級	13:00~14:15 また楽しいになる 魅力的な女性に なるための暮らし方	13:00~15:00 最強講師が 教える美・健康 のための良きカクダ			13:00 ベビーママヨガ 大橋あや				13:00 吉田万美		13:30~14:15 Kids English moqu cōmo		13:00 BODYBALANCE 平川敦子														13:45~14:45 ボディコン 松崎とみ			
14:45~15:45 BODYPUMP 川本弘幸					14:30~15:30 6歳から始める MAQUIP 有酸素運動				14:30 BODYPUMP Big mountain English DeanneGregory				14:15 LES MILLS SCORE 平川敦子																	
16:00~17:00 チアダンス(キッズ) 山科久美	16:00~16:40 演劇 田原奈子				16:00~17:00 こねこバンド Greenchord				16:00~17:00 gokantリズム スポーツ教室 武藤亮太郎				16:45~17:45 ダンス(キッズ) いずみ																	
17:15~18:15 ZUMBA@Kids 山科久美					17:15~18:15 こねこバンド Greenchord				17:15~18:15 gokantリズム スポーツ教室 武藤亮太郎				17:30 ダンス(キッズ) いずみ																	
18:45~19:45 BAILA BAILA 山科久美					18:30~19:30 こねこバンド Greenchord				18:30~19:30 空手 安田莉緒																					
20:00~20:45 BODYSTEP 岡田義					21:00~22:00 古式武術から学ぶ 身長の伸ばし方																									
21:00 かごと スクエアカラ 作風しほ					21:00 居心地 いいおうち 作り 藤子																									
22:00					22:00				22:00				22:00				22:00					22:00				22:00				22:00

休  
店  
日

# gokantスクール タイムスケジュール 2024年8月 【2週目】

8(木) 2週目					9(金) 2週目				10(土) 2週目				11(日)	12(月)	13(金)	14(水)
large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場	large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge				
10:00		10:00~12:30			10:00	10:00~11:00			10:00	10:00~11:00			10:00			
10:15		楽しいものづくり 創作遊び			10:15	3D			10:15	藤&リンノ購入 エクササイズ			10:15			
10:30					10:30	大山あゆみ			10:30				10:30			
10:45	10:45~11:45					10:45	YOKO			10:45				10:45		
11:00	ビラリスベレー	ハチヤハコ 甲斐優子			11:00				11:00				11:00			
11:15	中村麗子				11:15	11:15~12:45			11:15	11:15~12:15			11:15			
11:30					11:30	日本語講座 (若槻流)			11:30	BAILARAILA			11:30			
11:45					11:45				11:45	山科久美			11:45			
12:00	12:00~13:00				12:00				12:00		12:00~13:00		12:00			
12:15	卓球 初級				12:15	若槻古光君			12:15		ビラリス		12:15			
12:30	NGTJ2ボート				12:30				12:30	12:30~13:30	Emi		12:30			
12:45					12:45				12:45	日本語講座			12:45			
13:00		13:00~15:00			13:00	13:00~14:00			13:00	西崎松枝			13:00			
13:15	13:15~14:15	英語講師陣が 教える英と健康 のための食とカラダ			13:15	ペー&マヨ3D			13:15				13:15			
13:30	卓球 中級				13:30	大橋あや			13:30		13:30~14:15		13:30			
13:45	NGTJ2ボート				13:45				13:45	13:45~14:30	Kids English		13:45			
14:00					14:00				14:00	BODYPUMP	Big mountain English DeaneGregory		14:00			
14:15		麻婆豆腐 ソースポン マーケット			14:15				14:15	岡山美			14:15			
14:30					14:30	14:30~15:30			14:30		14:30~15:15		14:30			
14:45	14:45~15:45				14:45	60歳から始める YACUP 有酸素運動			14:45	14:45~15:30	Kids English		14:45			
15:00	BODYPUMP				15:00	YOKO			15:00	BODYSTEP	Big mountain English DeaneGregory		15:00			
15:15	川本私塾				15:15				15:15	岡山美			15:15			
15:30					15:30				15:30				15:30			
15:45					15:45				15:45				15:45			
16:00	16:00~17:00	16:00~16:40			16:00	16:00~17:00			16:00	16:00~17:00			16:00			
16:15	チアダンス(キッズ)	演奏			16:15	こたひろ			16:15	gokantリズム スポーツ教室			16:15			
16:30	山科久美	田嶋崇子			16:30	Greenchord			16:30				16:30			
16:45					16:45	藤田亮祐			16:45	宮藤亮祐			16:45			
17:00					17:00				17:00				17:00			
17:15	17:15~18:15				17:15	17:15~18:15			17:15	17:15~18:15			17:15			
17:30	ZUMBA@Kids				17:30	こたひろ			17:30	gokantリズム スポーツ教室			17:30			
17:45	山科久美				17:45	Greenchord			17:45				17:45			
18:00					18:00	藤田亮祐			18:00	宮藤亮祐			18:00			
18:15					18:15				18:15				18:15			
18:30					18:30	18:30~19:30			18:30	18:30~19:30			18:30			
18:45	18:45~19:45				18:45	こたひろ			18:45	空手			18:45			
19:00	BAILA BAILA				19:00	Greenchord			19:00	安田明雄			19:00			
19:15	山科久美				19:15	藤田亮祐			19:15				19:15			
19:30					19:30				19:30				19:30			
19:45					19:45				19:45	19:45~20:45			19:45			
20:00	20:00~20:45				20:00				20:00	リラックスヨガ			20:00			
20:15	BODYSTEP				20:15				20:15	Anaka			20:15			
20:30	岡山美				20:30				20:30				20:30			
20:45					20:45				20:45				20:45			
21:00	21:00~22:00				21:00	21:00~22:00			21:00				21:00			
21:15	からだ ストレッチ 作風いづみ				21:15	古式武術から学ぶ 身体の使い方			21:15				21:15			
21:30					21:30				21:30				21:30			
21:45	Ayumi				21:45	心と心 いしごころ 竹内 麗子			21:45				21:45			
22:00					22:00				22:00				22:00			

休店日

休店日

休店日

休店日

# gokantスクール タイムスケジュール 2024年8月 【2週目】

15(木)		16(金)		17(土)		18(日) 2週目					19(月) 2週目					20(火) 2週目				21(水)
						large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge	集合場	large studio	small studio	culture studio	work lounge		
10:00		10:00		10:00				10:00~12:00							10:00~11:00		10:00~12:00		10:00	
10:15		10:15		10:15		10:15~11:15		10:00~12:00 副産品が楽しめる 美と健康のための 食とカラダ							60歳から始める MAQUUP 体験レッスン		10:30~12:30 フラワー アレンジメント	10:30~12:30	10:15	
10:30		10:30		10:30		Donky										TOMOKO				
10:45		10:45		10:45																10:45
11:00		11:00		11:00																11:00
11:15		11:15		11:15																11:00
11:30		11:30		11:30																11:15
11:45		11:45		11:45																11:30
12:00		12:00		12:00																11:45
12:15		12:15		12:15																12:00
12:30		12:30		12:30																12:15
12:45		12:45		12:45																12:30
13:00		13:00		13:00																12:45
13:15		13:15		13:15																13:00
13:30		13:30		13:30																13:15
13:45		13:45		13:45																13:30
14:00		14:00		14:00																13:45
14:15		14:15		14:15																14:00
14:30		14:30		14:30																14:15
14:45		14:45		14:45																14:30
15:00		15:00		15:00																14:45
15:15		15:15		15:15																15:00
15:30		15:30		15:30																15:15
15:45		15:45		15:45																15:30
16:00		16:00		16:00																15:45
16:15		16:15		16:15																16:00
16:30		16:30		16:30																16:15
16:45		16:45		16:45																16:30
17:00		17:00		17:00																16:45
17:15		17:15		17:15																17:00
17:30		17:30		17:30																17:15
17:45		17:45		17:45																17:30
18:00		18:00		18:00																17:45
18:15		18:15		18:15																18:00
18:30		18:30		18:30																18:15
18:45		18:45		18:45																18:30
19:00		19:00		19:00																18:45
19:15		19:15		19:15																19:00
19:30		19:30		19:30																19:15
19:45		19:45		19:45																19:30
20:00		20:00		20:00																19:45
20:15		20:15		20:15																20:00
20:30		20:30		20:30																20:15
20:45		20:45		20:45																20:30
21:00		21:00		21:00																20:45
21:15		21:15		21:15																21:00
21:30		21:30		21:30																21:15
21:45		21:45		21:45																21:30
22:00		22:00		22:00																21:45
22:00		22:00		22:00																22:00

休店日

休店日

休店日

休店日

# gokantスクール タイムスケジュール 2024年8月 【3週目】

	22(木) 3週目					23(金) 3週目				24(土) 3週目				25(日) 3週目				26(月) 3週目					27(火) 3週目				28(水)		
	large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場	large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge	large studio	small studio	culture studio	work lounge	別会場	large studio	small studio	culture studio	work lounge			
10:00			10:00~12:30			10:00~11:00				10:00	10:00~11:00			10:00		10:00~12:00	10:00~12:00	10:00		10:00~12:30				10:00	10:00~11:00	10:00~11:15			10:00
10:15			新しいものづくりの創作遊び			10:15	3D			10:15	踊らリンノ(美人エクササイズ)			10:15	10:15~11:15	最近講師陣が増える業と経営のための良とカラダ	親子でキッズダンススクール	10:15		スライス料理★紹介入門				10:15	60歳から始めるMAQUP体験レッスン	大人の脳トレピアノ			10:15
10:30						10:30	大山あゆみ			10:30	YOKO			10:30	Happy ADL						10:30						10:30	TOMOKO	
10:45	10:45~11:45		ハレハレパロディ 甲斐優子			10:45				10:45				10:45	Donky			10:45	10:45~11:45					10:45					10:45
11:00	ビブリス/ペー					11:00					11:00				11:00				11:00	ビブリス					11:00				
11:15	中村聖子				11:15	11:15~12:45				11:15	11:15~12:15			11:15				11:15	中村聖子					11:15	11:15~12:15				11:15
11:30					11:30	ツフレ				11:30	BAILABAILA			11:30	11:30~12:30	最近講師陣が増える業と経営のための良とカラダ	毛利講	11:30						11:30	コフレ				11:30
11:45					11:45					11:45	山科久美			11:45	アロマテラピー			11:45						11:45	TOMOKO				11:45
12:00	12:00~13:00				12:00	シャムズクワレル				12:00				12:00				12:00	12:00~13:00					12:00					12:00
12:15	卓球 初級				12:15					12:15				12:15				12:15						12:15					12:15
12:30	NGT3スポーツ				12:30					12:30	12:30~13:30			12:30				12:30						12:30					12:30
12:45					12:45					12:45				12:45				12:45						12:45					12:45
13:00		13:00~14:15	13:00~15:00		13:00	13:00~14:00				13:00				13:00	13:00~14:00			13:00						13:00					13:00
13:15	13:15~14:15	また違った魅力の女性になるための話し方	最近講師陣が増える業と経営のための良とカラダ		13:15	ベビ〜&ママ3D				13:15		13:30~14:15		13:15	BODYBALANCE			13:15					13:15					13:15	
13:30	卓球 中級						13:30	大塚あや				13:30				13:30	平川敦子			13:30					13:30				
13:45	NGT3スポーツ	松嶋たけみ			13:45					13:45	13:45~14:30	Kids English		13:45				13:45					13:45		13:45~14:45				13:45
14:00					14:00	BODYPUMP	Big mountain English DeansGregory			14:00				14:00				14:00						14:00		ビブリス			14:00
14:15					14:15					14:15				14:15				14:15						14:15		岡公美			14:15
14:30					14:30	14:30~15:30				14:30		14:30~15:15		14:30				14:30						14:30					14:30
14:45	14:45~15:45				14:45	60歳から始めるMAQUP体験運動				14:45	14:45~15:30	Kids English		14:45				14:45						14:45					14:45
15:00	BODYPUMP				15:00					15:00	BODYSTEP	Big mountain English DeansGregory		15:00				15:00						15:00		15:00~16:00			15:00
15:15	川本弘幸				15:15	YOKO				15:15				15:15				15:15						15:15					15:15
15:30					15:30					15:30				15:30				15:30						15:30			15:15~16:30		15:30
15:45					15:45					15:45				15:45				15:45						15:45			en	内田由美子	15:45
16:00	16:00~17:00	16:00~16:40			16:00	16:00~17:00				16:00	16:00~17:00			16:00				16:00						16:00					16:00
16:15	チアダンス(キッズ)	準備			16:15	こむろ/心ド				16:15	gokantリズムスポーツ教室			16:15				16:15						16:15					16:15
16:30	山科久美	田原京子			16:30	Greenchord				16:30				16:30				16:30						16:30					16:30
16:45					16:45	藤田亮祐				16:45	武藤亮宏			16:45				16:45						16:45		16:30~17:30			16:45
17:00					17:00					17:00				17:00				17:00						17:00		チアダンス(キッズ)			17:00
17:15	17:15~18:15				17:15	17:15~18:15				17:15	17:15~18:15			17:15				17:15					17:15		MAKI CHEER DANCE 安藤真紀			17:15	
17:30	ZUMBA@Kids				17:30	こむろ/心ド				17:30	gokantリズムスポーツ教室			17:30				17:30					17:30						17:30
17:45	山科久美				17:45	Greenchord				17:45				17:45				17:45					17:45			17:45~18:45			17:45
18:00					18:00	藤田亮祐				18:00				18:00				18:00						18:00		チアダンス(キッズ)			18:00
18:15					18:15					18:15				18:15				18:15						18:15		MAKI CHEER DANCE 安藤真紀			18:15
18:30					18:30	18:30~19:30				18:30	18:30~19:30			18:30				18:30					18:30						18:30
18:45	18:45~19:45				18:45	こむろ/心ド				18:45	空手			18:45				18:45						18:45					18:45
19:00	BAILA BAILA				19:00	Greenchord		19:00~21:00		19:00	安田祥雄			19:00				19:00					19:00		19:00~20:15		19:00~21:00	19:00	
19:15	山科久美				19:15	藤田亮祐				19:15				19:15				19:15					19:15						19:15
19:30					19:30			ちい〜ゆみクラス 男性料理教室		19:30				19:30				19:30						19:30		19:15~20:15	また違った魅力の女性になるための話し方	19:00~21:00	19:30
19:45					19:45					19:45				19:45				19:45						19:45					19:45
20:00	20:00~20:45				20:00			東原理恵		20:00				20:00				20:00						20:00					20:00
20:15	BODYSTEP				20:15					20:15				20:15				20:15						20:15					20:15
20:30					20:30					20:30				20:30				20:30						20:30		20:30~22:00			20:30
20:45					20:45					20:45				20:45				20:45						20:45					20:45
21:00	21:00~22:00				21:00	21:00~22:00				21:00				21:00				21:00						21:00		21:00~22:00			21:00
21:15	おしゃべりクラブ				21:15	古式感から学ぶ身体の使い方				21:15				21:15				21:15					21:15						21:15
21:30					21:30	花と心癒す(いご) 竹内 麗子				21:30				21:30				21:30					21:30			HULA MAHALO 寺田聖子			21:30
21:45	Ayumi				21:45					21:45				21:45				21:45					21:45						21:45
22:00					22:00					22:00				22:00				22:00						22:00					22:00

休店日