

gokantスクール タイムスケジュール 2025年4月【1週目】

	1(火) 1週目					2(水)	3(木) 1週目				4(金) 1週目				5(土) 1週目				6(日) 1週目				7(月) 1週目					
	large studio	small studio	culture studio	work lounge	閉館時		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	閉館時	large studio	small studio	culture studio	work lounge	閉館時
10:00	10:00-11:00																											
10:15	60歳+60代 NAJUP 精神科-ヒート																											
10:30																												
10:45																												
11:00																												
11:15	11:15-12:15																											
11:30	フットサル TOMOKO																											
11:45																												
12:00																												
12:15																												
12:30	12:30-13:30																											
12:45	Balstone (60歳+60代)																											
13:00	chhivo																											
13:15																												
13:30																												
13:45	13:45-14:45																											
14:00	ピラティス																											
14:15																												
14:30																												
14:45																												
15:00																												
15:15																												
15:30																												
15:45																												
16:00																												
16:15																												
16:30	16:30-17:30																											
16:45	77ダンス(キッズ)																											
17:00	MAKI CHEER DANCE 笑顔ダンス																											
17:15																												
17:30																												
17:45																												
18:00																												
18:15																												
18:30																												
18:45																												
19:00																												
19:15	19:15-20:15																											
19:30	BODYPUMP																											
19:45																												
20:00																												
20:15																												
20:30	20:30-21:30																											
20:45	エアロビクス有酸素																											
21:00																												
21:15																												
21:30																												
21:45																												
22:00																												

休店日

gokantスクール タイムスケジュール 2025年4月【2週目】

8(火・祝) 2週目						9(水)	10(木) 2週目				11(金) 2週目				12(土) 2週目				13(日) 2週目				14(月) 2週目						
large studio	small studio	culture studio	work lounge	閉館時			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	閉館時	large studio	small studio	culture studio	work lounge	閉館時	
10:00	10:00-11:00 0800円未満 MAQUIP 練習メニュー	10:00-12:00 フワ アランタント				10:00		10:00-12:30 自分から作る 創作菓子		10:00	10:00-11:00 心と身体が輝くヨガ 中野のさゆ				10:00	10:00-11:00 YOKO					10:00								
10:15						10:15				10:15					10:15														
10:30						10:30				10:30					10:30														
10:45	TOMOKO					10:45	10:45-11:45 中野麻子			10:45	enl				10:45														
11:00						11:00	ボディステップ			11:00					11:00														
11:15	11:15-12:15 フリアツタ	花と雪 観音堂祭				11:15				11:15	11:15-12:45 日本舞踊 (観音堂)				11:15	11:15-12:15 BALLABALLA 山崎久美													
11:30	TOMOKO					11:30				11:30					11:30														
11:45						11:45		11:45-12:45 ボディステップ		11:45					11:45														
12:00						12:00	12:00-13:00 中野 麻理			12:00	12:00-13:00 新開美由希				12:00	12:00-13:00 Enl													
12:15						12:15				12:15					12:15														
12:30	12:30-13:30 Ballstone (バルストーン)					12:30	NOTダンス			12:30					12:30														
12:45						12:45				12:45					12:45														
13:00	chhino					13:00				13:00					13:00														
13:15						13:15	13:15-14:15 中野 中樹			13:15	13:00-14:00 舞子3部				13:15														
13:30						13:30				13:30					13:30														
13:45	13:45-14:45 ピラティス					13:45	NOTダンス			13:45	大塚あかり				13:45	13:45-14:45 ヨガ													
14:00						14:00				14:00					14:00														
14:15						14:15				14:15					14:15														
14:30						14:30				14:30					14:30	14:30-15:30 ボディの健康を 手から覚悟して 後遺症をテーマにヨガ													
14:45						14:45	14:45-15:45 BODYPUMP			14:45					14:45														
15:00						15:00				15:00					15:00														
15:15						15:15	川本弘幸			15:15					15:15														
15:30						15:30				15:30					15:30														
15:45						15:45				15:45					15:45														
16:00						16:00				16:00					16:00														
16:15						16:15				16:15					16:15														
16:30	16:30-17:30 ダンス教習所					16:30				16:30					16:30														
16:45						16:45				16:45					16:45														
17:00	17:00-17:30 HAKI CHEER DANCE 新開院祝					17:00				17:00					17:00														
17:15						17:15				17:15					17:15														
17:30						17:30	17:15-18:15 ZUMBA 360g			17:30					17:30														
17:45						17:45				17:45					17:45														
18:00						18:00				18:00					18:00														
18:15						18:15				18:15					18:15														
18:30						18:30				18:30					18:30														
18:45						18:45				18:45					18:45														
19:00						19:00	18:30-19:15 減量指導			19:00					19:00														
19:15						19:15				19:15					19:15														
19:30						19:30				19:30					19:30														
19:45						19:45				19:45					19:45														
20:00						20:00				20:00					20:00														
20:15						20:15				20:15					20:15														
20:30						20:30				20:30					20:30														
20:45						20:45				20:45					20:45														
21:00						21:00				21:00					21:00														
21:15						21:15				21:15					21:15														
21:30						21:30				21:30					21:30														
21:45						21:45				21:45					21:45														
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 2025年4月【3週目】

	15(火) 3週目					16(水)	17(木) 3週目					18(金) 3週目					19(土) 3週目					20(日) 3週目					21(月) 3週目				
	large studio	small studio	culture studio	work lounge	閉館時		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	large studio	small studio	culture studio	work lounge	閉館時				
10:00	10:00-11:00		10:00-12:30			10:00																									
10:15	60歳からのダンス NAJUP 横濱川口センター		閉館時			10:15																									
10:30						10:30																									
10:45	TOMOKO					10:45																									
11:00			舞会楽記			11:00																									
11:15	11:15-12:15					11:15																									
11:30	フタフタ					11:30																									
11:45	TOMOKO					11:45																									
12:00						12:00																									
12:15						12:15																									
12:30	12:30-13:30					12:30																									
12:45	Balletone (バレエパフォーマンス)					12:45																									
13:00	chihito					13:00																									
13:15						13:15																									
13:30			13:30-15:30			13:30																									
13:45	13:45-14:45					13:45																									
14:00	ピラティス		ヨガ (80分) 聖文字			14:00																									
14:15						14:15																									
14:30			ヨガ 男性・女性 産後ケア			14:30																									
14:45						14:45																									
15:00						15:00																									
15:15						15:15																									
15:30						15:30																									
15:45						15:45																									
16:00						16:00																									
16:15						16:15																									
16:30	16:30-17:30					16:30																									
16:45	77ダンス(キッズ)					16:45																									
17:00	MAKI CHEER DANCE 聖歌隊					17:00																									
17:15						17:15																									
17:30						17:30																									
17:45						17:45																									
18:00						18:00																									
18:15						18:15																									
18:30						18:30																									
18:45						18:45																									
19:00						19:00																									
19:15	19:15-20:15					19:15																									
19:30	BODYPUMP					19:30																									
19:45	開館時					19:45																									
20:00						20:00																									
20:15						20:15																									
20:30	20:30-21:30					20:30																									
20:45	エプロンダンス					20:45																									
21:00	大塚 ありあ					21:00																									
21:15						21:15																									
21:30						21:30																									
21:45						21:45																									
22:00						22:00																									

休 店 日

13:00-15:00  
閉館  
※閉館時  
閉館後清掃  
施設設備点検

