

# BLUE EARTH YAIZU STUDIO TIME TABLE

## 2024.08

月		火		水		木		土		日	
STUDIO 定員40名	BIKE 定員7名	STUDIO 定員40名	BIKE 定員7名	STUDIO 定員40名	BIKE 定員7名	STUDIO 定員40名	BIKE 定員7名	STUDIO 定員40名	BIKE 定員7名	STUDIO 定員40名	BIKE 定員7名
	9:30-10:15 <b>THE TRIP</b>						9:30-10:15 <b>THE TRIP</b>	9:30-10:00 <b>BODYCOMBAT</b>		9:30-10:00 <b>BODYBALANCE</b>	9:30-10:15 <b>THE TRIP</b>
10:00-10:30 <b>BODYPUMP</b>		10:00-10:30 <b>SH'BAM</b>	10:00-10:30 <b>sprint</b>								
				10:30-11:00 ウェープリング 原川		10:30-11:00 <b>barre</b>			10:30-11:00 <b>RPM</b>	10:30-11:15 シェイプダンス 佐藤	10:30-11:20 <b>RPM</b>
11:00-11:45 ヒギナーエアロ 桜井	11:00-11:45 <b>THE TRIP</b>	11:00-11:45 シンプルエアロ 桜井	11:00-11:45 <b>THE TRIP</b>		11:00-11:30 <b>RPM</b>	11:15-12:00 ピラティス 原川	11:15-12:00 <b>RPM</b>	11:00-11:45 ピラティス YUKARI			
			12:00-12:50 <b>RPM</b>	12:00-12:45 ※整理券配布⇒10:30	12:00-12:45 <b>THE TRIP</b>				12:00-12:45 <b>THE TRIP</b>	12:00-12:45 <b>BODYPUMP</b>	
12:00-12:45 ヨガ 桜井	12:30-13:00 <b>RPM</b>	12:15-13:00 <b>DANCE</b>		12:15-13:00 <b>BODYSTEP</b> 中野		12:30-13:15 <b>THE TRIP</b>	12:15-13:00 <b>THE TRIP</b>	12:15-12:45 <b>BODYATTACK</b>			
						12:30-13:15 Let's Jump! YUKARI	12:15-13:00 <b>THE TRIP</b>				
		13:15-14:00 <b>BODYBALANCE</b>				※トランポリン使用 ※定員⇒20名		13:00-13:45 <b>DANCE</b>		13:00-13:30 <b>CORE</b>	13:00-13:45 <b>THE TRIP</b>
13:30-14:15 <b>BODY JAM</b> KiMi 【先着申込制】	13:30-14:15 <b>THE TRIP</b>		13:30-14:15 <b>THE TRIP</b>	13:30-14:15 <b>ZUMBA</b> MIYUKI 【先着申込制】 ※定員⇒45名	13:30-14:00 <b>RPM</b>	13:45-14:30 レギュラーエアロ 巻田			13:30-14:00 <b>RPM</b>	13:45-14:15 <b>barre</b>	14:00-14:30 <b>RPM</b>
14:30-15:15 週替わり レズミルズ KiMi ※詳細右記	5日, 26日 <b>BODYPUMP</b> 19日 <b>BODYATTACK</b>	14:15-15:00 <b>BODYCOMBAT</b> 中野		14:30-15:15 ストレッチヨガ MIYUKI			14:00-14:45 <b>THE TRIP</b>	14:00-14:45 <b>BODYCOMBAT</b>		14:30-15:00 <b>SH'BAM</b>	
					15:30-16:15 <b>THE TRIP</b>		14:45-15:30 健美操 巻田			15:00-15:45 <b>THE TRIP</b>	15:15-16:00 <b>BODYCOMBAT</b>
						16:00-16:30 <b>BODYCOMBAT</b>		15:15-16:15 <b>BODYPUMP</b> 待井		15:15-16:00 <b>BODYCOMBAT</b>	15:15-16:00 <b>THE TRIP</b>
									16:30-17:20 <b>RPM</b>		
								16:45-17:30 <b>SH'BAM</b>			
18:00-18:30 <b>BODYBALANCE</b>		18:00-18:30 <b>barre</b>		18:00-18:30 <b>SH'BAM</b>		18:00-18:30 <b>BODYATTACK</b>		18:00-18:30 <b>BODYBALANCE</b>	18:00-18:45 <b>THE TRIP</b>		
				18:45-19:15 <b>CORE</b>			19:00-19:45 疲労回復ヨガ 坂口				
19:00-20:00 <b>BODYCOMBAT</b> AYUKA ※定員⇒45名	19:00-19:45 <b>THE TRIP</b>	19:00-19:45 <b>BODYPUMP</b>	19:00-19:50 <b>RPM</b>	19:30-20:15 <b>ZUMBA</b> マリアン	19:30-20:20 <b>RPM</b>		20:00-20:45 <b>SH'BAM</b>	20:00-20:50 <b>RPM</b>			
		20:15-21:00 <b>BODYATTACK</b>	20:15-21:00 <b>THE TRIP</b>		20:30-21:15 <b>THE TRIP</b>						
20:15-21:00 <b>DANCE</b> AYUKA ※定員⇒45名				20:45-21:30 <b>BODYPUMP</b>				21:00-21:45 <b>BODYCOMBAT</b> 辻 【先着申込制】 ※定員⇒45名			
		21:30-22:15 <b>BODY JAM</b> KiMi									

🕒 ⇒ヴァーチャルレッスン  
    ⇒先月から変更になった箇所

**MEZZOスタジオ 定員7名**

月	火	水	木
9:30~11:00 DVD サーキット	9:30~11:00 DVD サーキット	9:30~11:00 DVD サーキット	9:30~11:00 DVD サーキット

◇スタジオへの入場はレッスン開始10分前  
 ◇整理券配布⇒レッスン開始 60分前配布  
 ※ヴァーチャル・バイク・先着申込制は除く  
 ※配布前の整理はレッスン開始75分前より可能  
 ◇レッスン中およびレッスン開始時の先着申込プログラムへの申込みは固くお断りします。円滑な運用にご協力下さい。  
 ◇各プログラムの混雑状況によって急遽、整理券配布方法や参加方法が変更となる場合がございます。その際は事前にご案内致します。