LESSON SCHEDULE 2025年7~9月

- ・祝日は10時~18時の間に行われるレッスンのみの実施となります。
- ・都合によりプログラム、インストラクターが変更になる場合もございます。予めご了承下さい。

	月		火		水	木		金		±		日	
	BIKE スタジオ	スタジオ	BIKE スタジオ	スタジオ		BIKE スタジオ	スタジオ	BIKE スタジオ	スタジオ	BIKE スタジオ	スタジオ	BIKE スタジオ	スタジオ
0.00		」 営業開始		」 営業開始			上 営業開始		営業開始		営業開始		営業開始
9:00											9:00-10:00		9:00-10:00
9:30											キッズ体育		キッズ体育
											スクール (児童)		スクール (児童)
10:00				NEW					201				()(=/
			4	10:20-10:40				4	10:20-10:40		10:00-11:00		
10:30		10:30-11:10		心臓アンチエイジング メディカルフィットネス			10:30-11:10		肩こり予防改善 メディカルフィットネス	10:30-11:00	キッズ体育 スクール (幼児)	10:30-11:00	10:30-11:10
11:00		太極舞	時変			時変	ZUMBA	NEW	CSL'ive	リズムライド REC	(幼児)	リズムライド REC	ヨガ
	11:00-11:40	小山	11:00-11:30 リズムライド	11:00-11:40		11:00-11:40	森山	11:00-11:30 リズムライド	11:00-11:40	1129			桝本
11:30	パワーライド REC	11:25-12:05	REC	ピラティス 片田		パワーライド REC	11.00 10.00	REC	ダンスWAVE CS Live	11.00 10.10	11.00 10.10	NEW .	11:20-12:00
	+ 25	ZUMBA	1.45				11:30-12:00 ファイトアタックヒ゛ート			パワーライド	11:30-12:10 シェイプパンプ	パワーライド	ピラティス REC
12:00-	12:00-12:30	小山 二	時変 12:00-12:40	11:55-12:25		12:00-12:30	増本	12:00-12:40	12:00-12:40	REC	REC	REC	時変
12:30	リズムライド REC	12:20-13:00	パワーライド	シェイプパンプ パワー REC		リズムライド REC		パワーライド	ヨガ	時変	12:20-13:0	NEW	12:15-12:45
12.00		シェイプパンプ	REC	10:40 10:10		ILLO	10:40 10:00	REC	黒川	12:30~13:00 リズムライド		12:30~13:00 リズムライド	T 11
13:00	時変	REC	NEW	12:40-13:10 シンフ゜ルエアロ	-		12:40-13:20 コンヒ、ネーション	時変		REC	原田	REC	時変
	13:00-13:40	13:15-13:55	13:00-13:30 リズムライド	小山		13:00-13:40 パワーライド	170 斉藤	13:00-13:30 リズムライド		4	13:10-13:50		13:00-13:40 シェイプパンプ
13:30	パワーライド REC	シンプル	REC	13:30-14:10		REC		REC	CSLive 13:30-14:10		シンプル エアロ		REC
14:00		エアロ REC		ョガ			13:40-14:20		ファイトアタック BEAT		REC	,	NEW
14.00				REC			ョガ 神田		CS Live				14:00~15:30
14:30							<i>CSL'iv</i> e						イベントTime or
							14:30-15:00 リズムGAMP				14:30-15:30		レンタルスタジオ 500円/45分
15:00							リズムCAMP CS Live				キッ ズ体育 スクール		
15:20									,	時変	(幼児)		※ イベント開催時に 使用します。 ※事前予約で 貸切利用もOK
15:30		15:30-16:30		15:30-16:30			15:30-16:30		15:30-16:30		15:30-16:30		貨切利用もUK
16:00		キッズ体育		キッズ体育			キッズ体育		キッズ体育	パワーライド	キッズ体育	15:40-16:10 リズムライド	
		スクール (幼児)		スクール (幼児)			スクール (幼児)		スクール (幼児)	REC	スクール (児童)	REC	IEW -
16:30		16:30-17:30		16:30-17:30			16:30-17:30		3	時変 16:30-17:00		74	16:20-16:50 ウェストライン/BTPJ
										リズムライド		_~	REC REC
17:00		キッズ体育 スクール		キッ ズ体育 スクール			キッズ体育 スクール		キッズ体育 スクール	REC	17:00~18:30	時変	17:00-17:40
17:30		(児童)		(児童)			(児童)		(児童)	時変	イベントTime		ヨガ
				17:30-18:30					17:30-18:30	17:30-18:00 リズムライド	レンダルスダンオ		REC
18:00				キッズ体育					キッズ体育	REC	500円/45分		
				スクール (児童)					スクール (児童)		※ハント開催時に 使用します。 ※事前予約で 貸切利用もOK		
18:30	18:30-19:00										貸切利用も0K		
19:00	リズムライド REC					l.			NEW	19:00	閉館	19:00	閉館
		10.10-10.50	19:10-19:40	10.10-10.50	1	CSLive	19:10-19:50		19:00-19:30 ウェストライン/BTPJ	CSĽi√e			
19:30	パワーライド	ョガ ヨガ	リズムライド	19.10-19.50 ヨガ		19.10-19.40 リズムライド CS Live	ZUMBA	19:30-20:16	REC		Dレッスンはライ	ブ配信のレッスト	/となります。
	REC	今村	REC	松坂		US LIVE	荒川	19:30-20:10 パワーライド	19:40-20:20	セントラルスホ	ペーツトップインス	トラクターのレッタイム関係!	スンを各クラブ
20:00	20:00-20:30		20:00-20:40				20:00-20:30	ガラーライト 増本	シェイプパンプ	REC			
20:30		20:10-20:50	パワーライド	20:10-20:40 シェイプパンプ			ピラティス 片田		REC	このマークの	のレッスンは、録		
20.00	NEO	ZUMBA 有山	REC	松坂		20:35-21:05	71Ш		20:30-21:00	セントラル	スポーツ 人気ィ 大画面で	′ンストラクターの ˙体感!!	レッスンを
21:00			4 V	20:50-21:20		リズムライド 松坂	20:45-21:15 シェイプパンプ	リスムライド REC	ファイトアタックビート 増本			J 10 10	
				やせる!脂肪 燃焼ダンス REC		JA 7A	パワーREC			OG	YM& 5	ルスポーツ STUD	10
21:30											サクラマ	チ熊本	
22.00										熊本県熊本市中央区 SAKURA MACHI	受町3番10号 Kumamoto 4階	1.096-3	
22:00	_22:00	閉館	22:00	閉館		22:00	閉館	_ 22:00)閉館	詳しくはこち	6.87.8	聖 駐	車場あり 駐車場・有料) KURAMACHICHISECTULEY
	EL:00	HATAN		HATE		E2.00	HATAD .		MATCH	キッズジムスタ熊	検索		KURAMACHIOFISIC#UET.
					_								_