

玉川スタジオ3Fスタジオ

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
14:00						14:00-15:15(15:35)	14:00-15:15(15:35)
:15							
:30						A/ティエル 小5-小6	A/ティエル 小5-小6
:45							
15:00							
:15						ポアント	ポアント
:30							
:45						15:45-17:15	15:45-16:55 演技 (1~2ヶ月に1回)
16:00							
:15						トレーニー (必須)	トレーニー ティエルA 合同
:30							
:45							17:00-18:30
17:00							
:15				17:15-18:30(18:50)			
:30	17:30-18:30(2/4週)	17:30-18:45					
:45	ボディ コンディショニング			A/ティエル 小5-小6			トレーニー (必須)
18:00		B/ティエル 小3-小4					
:15	ティエル				18:15-19:15(2/4週)		
:30					ポアント	ジュニアピラティス	
:45						トレーニー (ティエルも選択可)	
19:00	19:00-20:30	19:00-20:30		19:00-20:30		19:20-20:50	
:15							
:30	トレーニー	トレーニー		トレーニー (必須)		トレーニー	
:45							
20:00							
:15							
:30							
:45							
21:00							
:15							
:30							
:45							
22:00							