Studio Schedule 2012年　2月

http://www.tokyu-rec.co.jp/axia/　TEL 0297(72)7470

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
休館日	10:30 ミドルJOG 眞尾 11:30 ベーシックLOW 岩井 12:30 プラナヨガ 岩井 13:45 アドバンスLOW 葉山 15:00 コンディショニング ストレッチ 石川 15:45 JAZZ初級 石川 17:00 ジュニアHIPHOP 1/26振替 田上 18:30 ベーシックJOG 西野 19:25 ボクシング初級 西野 20:20 フローレッスン 川崎	10:15 24式太極拳 大塚 11:05 太極扇 大塚 12:00 ミドルJOG 島根 13:05 ゆったりポール 島根 14:15 パワーヨガ 青木 15:30 ベーシックステップ 今井 18:30 ベーシックステップ 酒巻 19:25 ボディメンテナンス 酒巻 20:25 アドバンスJOG 葉山	10:30 アクシアスペシャル 藤井 12:00 青竹ストレッチ 藤井 13:30 ベーシックLOW 岡村 14:30 キックボクシング 西野 16:00 ピラティス 石川 17:00 ジャズダンススクール（有料）第1回 19:00 24式太極拳 梅木	10:30 ベーシックJOG 穂積 11:30 オリジナル 鈴木 13:00 ストリートダンス 早川 14:15 スタートエアロ 穂積 15:10 ヒーリングヨガ 北岡 16:10 ラテンエアロ 北岡 17:15 ベーシックステップ 穂積	10:30 ベーシックJOG 西野 11:25 入門ボクシング 西野 12:20 スタートエアロ 今井 13:10 ルーシーダットン 45川崎 14:10 ベーシックステップ 山口 15:05 ラテンエアロ 山口 16:15 キッズダンス45分 MIKAE 17:10 ジュニアストリート 50分 MIKAE 18:20 パワーヨガ初級 室口 19:25 ミドルステップ 穂積 20:30 スタートエアロ 穂積	10:30 ミドルLOW 葉山 11:35 ストレッチポール 葉山 12:20 ベーシックJOG 鈴木 13:20 フラフィットネス 鈴木 14:15 フラエレガンススクール（有料） 15:30 ミドルステップ 渡辺 16:15 ジュニアHIPHOP 60分 田上 17:00 ミドルLOW 岡村 18:30 ミドルLOW 岡村 19:30 ストリートダンス初級 田上 20:40 ベーシックJOG 島根	10:15 フィットネスボクシング 青木 11:25 パワーヨガ初級 青木 12:30 コンディショニングステップ 酒巻 13:45 ミドルLOW 酒巻 14:45 スタートエアロ 今井 15:40 アロマS 今井 17:00 こどもバレエ 50分 田中 18:20 ベーシックLOW 山本 19:15 ピラティス 山本 20:15 ミドルLOW 張替	10:30 ミドルJOG 眞尾 11:30 ベーシックLOW 岩井 12:30 プラナヨガ 岩井 13:45 アドバンスLOW 葉山 15:00 パワーヨガ 青木 16:00 ベーシックステップ 酒巻 18:30 ベーシックJOG 西野 19:25 ボクシング初級 西野 20:20 フローレッスン 川崎	10:15 24式太極拳 大塚 11:05 太極扇 大塚 12:00 ミドルJOG 島根 13:05 ゆったりポール 島根 14:15 パワーヨガ 青木 15:30 コンディショニング ストレッチ 石川 15:45 JAZZ初級 石川 16:00 ベーシックステップ 今井 18:30 ベーシックステップ 酒巻 19:25 ボディメンテナンス 酒巻 20:25 アドバンスJOG 葉山	10:30 アクシアスペシャル 藤井 12:00 青竹ストレッチ 藤井 13:30 ベーシックLOW 藤井 14:30 キックボクシング 西野 16:00 ピラティス 石川 17:00 ジャズダンススクール（有料）第2回	10:30 ベーシックJOG 渡辺 11:30 オリジナル 渡辺 13:00 ストリートダンス 早川 14:15 スタートエアロ 穂積 15:10 ヒーリングヨガ 北岡 16:10 ラテンエアロ 北岡 17:15 ベーシックステップ 穂積	10:30 ベーシックJOG 西野 11:25 入門ボクシング 西野 12:20 スタートエアロ 今井 13:10 ルーシーダットン 45川崎 14:10 ベーシックステップ 山口 15:05 ラテンエアロ 山口 16:15 キッズダンス45分 MIKAE 17:10 ジュニアストリート 50分 MIKAE 18:20 パワーヨガ初級 室口 19:25 ミドルステップ 穂積 20:30 スタートエアロ 穂積	10:30 ミドルLOW 葉山 11:35 ストレッチポール 葉山 12:20 ベーシックJOG 鈴木 13:20 フラフィットネス 鈴木 14:15 フラエレガンススクール（有料） 15:30 ミドルステップ 渡辺 16:30 こどもバレエ 50分 田中 18:20 ミドルLOW 岡村 19:30 ストリートダンス初級 田上 20:40 ベーシックJOG 島根	10:15 フィットネスボクシング 青木 11:25 パワーヨガ初級 青木 12:30 コンディショニングステップ 酒巻 13:45 ミドルLOW 酒巻 14:45 スタートエアロ 今井 15:40 アロマS 今井 17:00 こどもバレエ 50分 田中 18:20 ベーシックLOW 山本 19:15 ピラティス 山本 20:15 ミドルLOW 張替	10:30 ミドルJOG 眞尾 11:30 ベーシックLOW 岩井 12:30 プラナヨガ 岩井 13:45 アドバンスLOW 葉山 15:00 パワーヨガ 青木 16:00 ベーシックステップ 酒巻 18:30 ベーシックJOG 西野 19:25 ボディメンテナンス 酒巻 20:25 アドバンスJOG 葉山	10:15 24式太極拳 大塚 11:05 太極扇 大塚 12:00 ミドルJOG 島根 13:05 ゆったりポール 島根 14:15 パワーヨガ 青木 15:30 コンディショニング ストレッチ 石川 15:45 JAZZ初級 石川 16:00 ピラティス 石川 17:00 ジャズダンススクール（有料）第3回 19:00 24式太極拳 梅木	10:30 アクシアスペシャル 藤井 12:00 青竹ストレッチ 藤井 13:30 ベーシックLOW 岡村 14:30 キックボクシング 西野 16:00 ピラティス 石川 17:00 ベーシックステップ 北岡	10:30 ベーシックJOG 穂積 11:30 オリジナルSTEP 穂積 13:00 ストリートダンス 早川 14:15 スタートエアロ 穂積 15:10 ヒーリングヨガ 北岡 16:10 ラテンエアロ 北岡 17:15 ベーシックステップ 北岡	10:30 ベーシックJOG 西野 11:25 入門ボクシング 西野 12:20 スタートエアロ 今井 13:10 ルーシーダットン 45川崎 14:10 ベーシックステップ 山口 15:05 ラテンエアロ 山口 16:15 キッズダンス45分 MIKAE 17:10 ジュニアストリート 50分 MIKAE 18:20 パワーヨガ初級 室口 19:25 ミドルステップ 穂積 20:30 スタートエアロ 穂積	10:30 ミドルLOW 葉山 11:35 ストレッチポール 葉山 12:20 ベーシックJOG 今井 13:20 フラフィットネス 鈴木 14:15 フラエレガンススクール（有料） 15:30 ミドルステップ 渡辺 16:30 ジュニアHIPHOP 60分 田上 17:00 ミドルLOW 岡村 18:30 ミドルLOW 岡村 19:30 ストリートダンス初級 田上 20:40 ベーシックJOG 島根	10:15 フィットネスボクシング 青木 11:25 パワーヨガ初級 青木 12:30 コンディショニングステップ 酒巻 13:45 ミドルLOW 酒巻 14:45 スタートエアロ 今井 15:40 アロマS 今井 17:00 こどもバレエ 50分 田中 18:20 ベーシックLOW 山本 19:15 ピラティス 山本 20:15 ミドルLOW 張替	10:30 ミドルJOG 眞尾 11:30 ベーシックLOW 岩井 12:30 プラナヨガ 岩井 13:45 アドバンスLOW 葉山 15:00 コンディショニング ストレッチ 石川 15:45 JAZZ初級 石川 16:00 ピラティス 石川 17:00 ジャズダンススクール（有料）第4回 19:00 24式太極拳 梅木	10:15 24式太極拳 大塚 11:05 太極扇 大塚 12:00 ミドルJOG 島根 13:05 ゆったりポール 島根 14:15 パワーヨガ 青木 15:30 ベーシックステップ 今井 18:30 ベーシックステップ 酒巻 19:25 ボディメンテナンス 酒巻 20:25 アドバンスJOG 葉山	10:30 アクシアスペシャル 藤井 12:00 青竹ストレッチ 藤井 13:30 ベーシックLOW 岡村 14:30 キックボクシング 西野 16:00 ピラティス 石川 17:00 ベーシックステップ 穂積	10:30 ベーシックJOG 穂積 11:30 オリジナル 葉山 13:00 ストリートダンス 早川 14:15 スタートエアロ 穂積 15:10 ヒーリングヨガ 北岡 16:10 ラテンエアロ 北岡 17:15 ベーシックステップ 穂積	10:30 ベーシックJOG 西野 11:25 入門ボクシング 西野 12:20 スタートエアロ 今井 13:10 ルーシーダットン 45川崎 14:10 ベーシックステップ 山口 15:05 ラテンエアロ 山口 16:15 キッズダンス45分 MIKAE 17:10 ジュニアストリート 50分 MIKAE 18:20 パワーヨガ初級 室口 19:25 ミドルステップ 岡村 20:30 スタートエアロ 岡村	10:30 ミドルLOW 葉山 11:35 ストレッチポール 葉山 12:25 パワーヨガ初級 青木 13:45 ミドルLOW 酒巻 14:45 スタートエアロ 今井 15:40 アロマS 今井 17:00 こどもバレエ 50分 田中 18:20 ベーシックLOW 山本 19:15 ピラティス 山本 20:15 ミドルLOW 張替	10:15 フィットネスボクシング 青木 11:25 パワーヨガ初級 青木 12:30 コンディショニングステップ 酒巻 13:45 ミドルLOW 酒巻 14:45 スタートエアロ 今井 15:40 アロマS 今井 17:00 こどもバレエ 50分 田中 18:20 ベーシックLOW 山本 19:15 ピラティス 山本 20:15 ミドルLOW 張替

《お知らせ》 2/1（水）は休館日です．11(土)は19:00までの営業となります．日曜のオリジナルおよび特別レッスンの内容につきましては、裏面をご参照ください．

以下のレッスンは定員制です．当日フロントにてご予約ください．
ベーシックステップ・コンディショニングステップ：33名　ミドルステップ：30名　ストレッチポール、ゆったりポールコンディション：30名　青竹＆ストレッチ：30名