

メイプル・スポーツ・スタジオプログラム

2021~	月	火	水	木	金	土	日
9:00	いきいき体操		いきいき体操		いきいき体操	いきいき体操	
10:00	ゆっくりYOGA 10:00~MOMOKO	エイジレスフィット 10:00~NAOMI	キックシェイプ 10:10~TAKA	フラ 10:00~NAOMI	エイジレスフィット 10:00~NAOMI	踏み台昇降 10:00~NAOMI	YOGA 9:30~MOMOKO
11:00	はじめてフラ	タイ式YOGA 11:15~TAKA	YOGA 11:00~TAKA	ビューティーYOGA 11:15~YUKI	踏み台昇降 11:05~NAOMI	フラ 11:05~NAOMI	ハンモックYOGA 10:50~
12:00				ピラティス		YOGA リンパ+	ハンモックYOGA 11:40~
12:30	Sボクシング30			12:20~YUKI		12:10~MOMOKO	MOMOKO
13:00	5ヶダイエット				アロマYOGA 13:00~YUKI	体育塾 13:30~ 幼年~大歓迎	はじめてフラ 12:45~
14:00				ゆっくりYOGA 14:00~MOMOKO		レスリング&体育塾バック	
15:00			母娘フラ 15:00~		フラ 14:10~NAOMI	キッズレスリング 初級 15:00~	
16:00	キッズチア 16:20~幼年~		キッズダンス 16:00~幼年			¥3000週1回	
17:00	17:05~初中級 Nanako	ギャルズ 17:30~SAYOKO	16:30~小学生 NiziU*韓流 DANCE	キッズフラ 16:30~ リコ 17:15~ティアレ		初級+体育塾 ¥5000週1回	
18:00	18:10~ 上級 Nanako	スーパーギャルズ 18:25~ATSURO	17:30~18:10 キッズレスリング	18:10~ ウル!	キッズレスリング 18:00~20:00	選手コース ¥6500週3回	
19:00	ピラティス 19:15~TAKA	フラ 19:15~NAOMI	18:15~20:15	YOGA 19:15~MOMOKO			
20:00	ハンモック+YOGA 20:20~YUKI	YOGA 20:20~MOMOKO	はじめてフラ 20:30~NAOMI	フラ OHANA 20:30~NATSUNO	踏み台昇降 20:30~NAOMI		

通常プログラム 各レッスン(月4回) 月会費¥3000 入会金¥3000 **レギュラークラス全クラス 体験無料OK** (ハンモックヨガ除) 全クラス消費税10%別

キッズクラス料金 ○キッズアロハ(木) 幼年クラス16:00~小学生~クラス16:30(月4回¥3500) ○キッズダンス(水)(月4回¥3000) ○体育塾(土) 月4回¥3000

○キッズチア 幼年~クラス(月) 16:30~ 初級~17:00~(月) 中上級~(金) 16:30~(月4回¥4500) TBSドラマチアダン出演ダンサーMIOが直接指導

お問い合わせ 相模原市中央区千代田2-2-15メイプルビル2F TEL090-3334-1630 問い合わせホーム www.maple-sportsstudio.com