

# エイム21 2025年1月 火曜・土曜・日祝週替わりタイムスケジュール

		日付	1月7日(火)	1月14日(火)	1月21日(火)	1月28日(火)
スーパー スタジオ	15:20~	ボディコンバット 45	中野	山本(和)	白松	山本(和)

		日付	1月4日(土)	1月11日(土)	1月18日(土)	1月25日(土)
スーパー スタジオ	10:00~	エンジョイエアロ 45	魁本	舟木	吉島	杉浦

		日付	1月5日(日)	1月12日(日)	1月13日(月祝)	1月19日(日)	1月26日(日)
スーパー スタジオ	10:30~	エンジョイエアロ45 祝日は週替わり レッスンとなります。	村田	村田	10:00~ 長山	村田	村田
	12:00~	週替わり レッスン	新曲発表 12:15~ レズミルスコア 30+tech 中野	ボディパンプ60 中村(雅)	12:30~ ボディコンバット60 山本(和)	ボディバランス60 宮川	ボディパンプ60 藤田
	13:30~	週替わり レッスン	新曲発表 ボディパンプ60 中野、寺田	ZUMBA45 温井	14:15~ レズミルスコア 30+tech 長谷川	レズミルズダンス45 塩谷	ボディコンバット60 藤田
	15:00~	週替わり レッスン	新曲発表 ボディコンバット60 米澤、東		15:20~ ボディバランス60 長谷川		
		週替わり レッスン	新曲発表 16:30~ ボディジャム60 塩谷、高瀬				
クリスタル スタジオ	11:00~	ホットYOGA45	ホットYOGA45ek 細川	ホットYOGA45do 長山	ホットYOGA45ek 長山	ホットYOGA45do 細川	ホットYOGA45ek 細川
	15:00~	ホットYOGA45		13:30~ ホットYOGA45ek 和田森		13:30~ ホットYOGA45ek 土田	ホットYOGA45do 藤田