

	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)
	Aスタジオ						
10:00							
10:30							
11:00	11:00~(若山)	11:00~(大倉)	11:00~(筒井)	11:00~(筒井)	11:00~(円山)	11:00~(太田)	11:00~(川上)
11:30	やさしいエアロ	ダンスエアロ	初中級エアロ	初級エアロ	脂肪燃焼	中級エアロ	脂肪燃焼
12:00							
12:30							
13:00							
13:30	13:30~(越川)	13:30~(若山)	13:30~(若山)	13:30~(橋井)		13:30~(筒井)	13:30~(奥村)
14:00	初級ヒップホップ	かんたんエアロ	かんたんエアロ	初中級エアロ		初級エアロ	初級エアロ
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30	19:30~(田村)	19:30~(越川)	19:30~(森本)	19:30~(川上)		19:30~(川上)	19:30~(小西)
20:00	初級エアロ	ヒップホップ	初中級エアロ	脂肪燃焼		中級エアロ	中級エアロ
20:30							
21:00							
21:30							