

見つけて下さい、あなたに合ったプログラム。

本格志向から中高年の方向け、キッズスクールまで厳選されたプログラム、その数週52本！
リヴィタツプ!なら、あなたに合ったプログラムがきっと見つかる。



リヴィタツプ週間タイムスケジュール

	月 _{mon}	火 _{tue}	水 _{wed}	木 _{thu}	金 _{fri}	土 _{sat}	日 _{sun}
09:00	ロコ脳体操 09:00~10:00 高橋 剛	ロコ脳体操 09:00~10:00 高橋 剛	アシストヨガ 09:00~10:15 AKIKO	ロコ脳体操 09:00~10:00 Yuri	アシストヨガ 09:00~10:15 MIZUKO	カームヨガ 09:00~10:15 藤代 有希	カームヨガ 09:00~10:15 KOTOE
10:00							
11:00	カームヨガ 10:20~11:35 きょうこ	(骨ナビ体操) 10:35~11:35 高橋 剛 ※5月~	ロコ脳体操 10:35~11:35 Yuri	カームヨガ 10:20~11:35 駒田 彩	ロコ脳体操 10:35~11:35 井野口伸治	気功 10:35~11:35 服部 茂夫	(骨ナビ体操) 10:35~11:35 高橋 剛 ※5月~
12:00	アシストヨガ 11:55~13:10 きょうこ	ピラティス 11:55~12:55 YUKI	陰ヨガ 11:55~13:10 Yumi	アシストヨガ 11:55~13:10 KAORI	太極拳 11:55~12:55 たかぎ まゆ	カームヨガ 11:55~13:10 Amana	カームヨガ 11:55~13:10 KOTOE
13:00							
14:00	(骨ナビ体操) 13:30~14:30 高橋 剛 ※5月~	フラダンス 入・初 13:15~14:30 ノヘアフラ misuzu	バレエ入・初 13:30~14:45 渡邊 久美子	カームヨガ 13:30~14:45 KAORI	ベリーダンス 入・初 13:15~14:30 Jasmine	バレエ入・初 13:30~14:45 畑 久美子	ピラティス 13:30~14:30 Aoi
15:00	カームヨガ 14:50~16:05 Ai Katayose	ハタヨガ 15:00~16:15 森川 なみ	バレエ初・中 15:00~16:30 渡邊 久美子 (5名様以上で開講)	(骨ナビ体操) 15:05~16:05 Yuri ※5月~	ベリーダンス 初・中 14:50~16:20 Jasmine (5名様以上で開講)	バレエ初・中 15:05~16:35 畑 久美子 (5名様以上で開講)	カームヨガ 14:50~16:05 明日佳
16:00							
17:00	キッズチアダンス 16:30~17:30 Ai Katayose 幼稚園生~小学6年生	キッズヒップホップ 16:30~17:30 Yuri 幼稚園生~小学1年生	キッズバレエ 16:45~17:45 石井 麻莉子 幼稚園生~小学1年生	キッズ空手 16:30~17:30 奥山 さゆり 幼稚園生~小学1年生			
18:00		キッズヒップホップ 17:30~18:30 Yuri 小学2年生~6年生	キッズバレエ 17:45~18:45 石井 麻莉子 小学2年生~6年生	キッズ空手 17:30~18:30 奥山 さゆり 小学2年生~6年生			
19:00							
20:00	カームヨガ 19:10~20:25 Amana		カームヨガ 19:10~20:25 タダヒコ	カームヨガ 19:10~20:25 Amana	ピラティス& バレエストレッチ 19:10~20:25 荒井 しのぶ		
21:00	カームヨガ 20:35~21:50 KOTOE	カームヨガ 20:35~21:50 Ai Katayose	カームヨガ 20:35~21:50 タダヒコ	カームヨガ 20:35~21:50 KOTOE			