

# 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66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。

WEEKLY PROGRAM SCHEDULE

## 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
9:00	<b>NEW!</b> X55 9:00~9:30	<b>NEW!</b> オキシジェノ30 9:00~9:30	<b>NEW!</b> オキシジェノ30 9:00~9:30	<b>NEW!</b> ボディメンテナンス 9:00~9:30	<b>NEW!</b> X55 9:00~9:30	カームヨガ 9:00~10:15	<b>定員まで僅か!</b> カームヨガ 9:00~10:15
10:00	ロコ脳体操 9:45~10:45	ロコ脳体操 9:45~10:45	ピラーヨガ 9:45~10:45	カーディオ キックボクシング 9:45~10:35	アクティブロコ脳体操30 9:45~10:15 骨ナビ体操30 10:20~10:50	気功・太極拳 10:25~11:25	<b>定員まで僅か!</b> ピラーヨガ 10:25~11:25
11:00	<b>満員御礼!</b> カームヨガ 10:55~12:10	<b>定員まで僅か!</b> ピラーヨガ 10:55~11:55	ロコ脳体操 11:00~12:00	<b>満員御礼!</b> カームヨガ 10:55~12:10	ロコ脳体操 11:00~12:00	骨盤シェイプ30 11:35~12:05	カームヨガ 11:35~12:50
12:00	<b>定員まで僅か!</b> アシストヨガ 12:20~13:35	ピラティス 12:05~13:05	ピラティス 12:20~13:20	<b>定員まで僅か!</b> アシストヨガ 12:20~13:35	太極拳 12:10~13:10	美脚スッキリ30 12:10~12:40	ピラティス 13:00~14:00
13:00	ピラティス 13:45~14:45	フラダンス 13:15~14:30	かんたんバレエ エクササイズ 13:35~14:50	カームヨガ 13:45~15:00	ピラティス 13:20~14:20	バレエ 初・中 12:55~14:10	骨盤調整ヨガ 14:10~15:25
14:00	アクティブ ロコ脳体操30 14:55~15:25 骨ナビ体操30 15:35~16:05	ピラーヨガ 14:40~15:40	バレエ初・中 15:00~16:30	フラダンス 15:10~16:25	ベリーダンス 14:30~15:45	キッズバレエ 14:25~15:25 幼稚園生~小学1年生	5月限定体験会 ファイドゥ・X55体験会 15:35~16:35 5/7(日)・14(日)・21(日)
15:00	キッズチアダンス 16:30~17:30 幼稚園生~小学1年生	<b>NEW!</b> キッズヒップホップ 16:30~17:30 幼稚園生~小学1年生	キッズバレエ 16:45~17:45 幼稚園生~小学1年生	<b>5月限定体験会</b> オキシジェノ体験会 16:35~17:20 5/4(祝・木)・11(木)・18(木)	キッズヒップホップ 16:00~17:00 幼稚園生~小学1年生	キッズバレエ 15:30~16:30 小学2年生~6年生	キッズヒップホップ 16:40~17:40 幼稚園生~小学2年生
16:00	キッズチアダンス 17:30~18:30 小学2年生~6年生	キッズヒップホップ 17:30~18:30 小学2年生~6年生	キッズバレエ 17:50~18:50 小学2年生~6年生	キッズ空手 17:45~18:45 幼稚園生~中学生	キッズヒップホップ 17:00~18:00 小学2年生~6年生	キッズヒップホップ 17:40~18:40 小学2年生~高校3年生	
17:00	月のヨガ <b>温</b> 19:10~20:25	コンディショニングヨガ <b>温</b> 19:10~20:10	カームヨガ <b>温</b> 19:10~20:25	ピラティス <b>温</b> 19:15~20:15	<b>お仕事帰りに うれしい!</b>		
18:00	ピラーヨガ <b>温</b> 20:35~21:35	ピラティス <b>温</b> 19:45~20:45	骨盤シェイプ30 <b>温</b> 20:20~20:50	バレエ初・中 <b>温</b> 20:35~21:35			
19:00	ファイドゥ50 <b>NEW!</b> 20:55~21:45	美脚スッキリ30 <b>温</b> 21:00~21:30					

※プログラムは変更になる場合があります。

【営業時間】

月~金/8:45~22:00 土/8:30~19:00 日/8:30~17:00