

# 12月29日(金) 年末短縮営業レッスンスケジュール

アトリオドワーエ武蔵小山 9:00-19:00

Aスタジオ		Bスタジオ	
9:00			9:00
10:00		9:45~10:30 美Body 今吉誠一◆	10:00
11:00	10:15~11:00 バレエ 七奈	10:45~11:30 ベーシックピラティス 今吉誠一◆	11:00
12:00	11:15~12:00 ベリーダンス TOMOMI	11:45~12:30 BITSベーシック 音峰美佳	12:00
13:00	12:15~13:15 club ZUMBA® ~White Party!~ 勝野久美	12:45~13:15 ストレッチポールR 音峰美佳	13:00
14:00	13:30~14:15 ZUMBA 勝野久美	13:30~14:15 フリースタイルダンス入門 こりん	14:00
15:00	14:30~15:15 ソシアルダンス入門【定員20名】 池村ダンススクール	14:30~15:15 フリースタイルダンス こりん	15:00
16:00	15:30~16:15 SH'BAM 柿沼伸也◆	15:30~16:15 タヒチアンダンス 木村美菜	16:00
17:00	16:30~17:15 BODYJAM 柿沼伸也◆		17:00
18:00			18:00
19:00			19:00

12月29日(金)【年末短縮営業】 有料イベント

アトリオドゥーエ武蔵小山 9:00-19:00

有料イベント

★12:15～13:15★

club ZUMBA®

～White Party!～

担当：勝野久美

今回は、「White Party!」白いウエアを着て一体感を楽しみましょう！  
ミラーボールを使用した非日常空間でのZUMBAレッスン♪

【公開日】 11月20日(月)12:00～順次公開  
※ご選択いただいたプランによる表示日数によって異なります。  
【料金】 1,980円(税込)  
【定員】 30名(最少催行5名)

★15:30～16:15★

タヒチアダンス

担当：木村美菜

南国気分を感じながらタヒチアダンスの基本ステップを学びます。  
軽快な腰の動きと、ひとつひとつ意味のあるハンドモーションを組み合わせ  
シェイプアップ・日々のストレス発散になる時間をお届けします！！

【公開日】 11月20日(月)12:00～順次公開  
※ご選択いただいたプランによる表示日数によって異なります。  
【料金】 550円(税込)  
【定員】 15名(最少催行1名)

# 1月4日(木) 年始特別営業レッスンスケジュール

アトリオドゥーエ武蔵小山 11:00-18:00

Aスタジオ		Bスタジオ	
9:00			9:00
10:00			10:00
11:00			11:00
12:00	11:45~12:30 FIGHT DO VR	11:30~12:00 ストレッチポールR 鈴木友麻	12:00
13:00	12:45~13:30 MEGADANZ VR	12:15~12:45 カーディオスタート 齋藤友誉◆	13:00
14:00	14:00~14:45 UBOUND 常岡真希	13:00~13:30 ストレッチ 鈴木友麻	14:00
15:00	15:05~15:50 POWER 児玉太志◆	14:00~14:45 ベーシックピラティス 児玉太志◆	15:00
16:00	16:05~16:50 OXGENO VR	15:00~17:00 ストレッチルーム開放 【定員15名】	16:00
17:00		アロマ×光×音楽 癒しの空間でストレッチ♪ 	17:00
18:00			18:00
19:00			19:00