

9月~

Shibu
general
gymnasium
SpO

渋谷区スポーツセンター

【月払い】¥1,800×回数(回数はクラスにより変動) ※当月1日よりフロントにてお申し込みいただけます。
【都度払い】¥2,250 / 1回 ※レッスン当日、フロントにて申しこみいただけます。



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
09:00							
15	【休館日】 第1・3月曜日 祝日に当たる場合は その直後の平日						
30							
45							
10:00							
15	元気アップ 体操 10:00～11:00 松野 愛子						
30							
45							
11:00							
15	都度：¥710						
30							
45							
12:00							
15							
30							
45							
13:00							
15							
30	はじめて キック ボクシング45 13:00～13:45 鈴木 真輝子						
45							
14:00							
15							
30							
45							
15:00							
15							
30	姿勢改善 ストレッチ 15:15～16:00 高田 巖						
45							
16:00							
15							
30	都度：¥610						
45							
17:00							
15							
30	キッズダンス スタートアップ (年中～小6) 16:45～17:45						
45							
18:00							
15							
30	ZUMBA 18:00～18:45 MIYUKICHI						
45							
19:00							
15							
30	やさしい バレエ 19:00～20:00 小野 朝子						
45							
20:00							
15							
30	都度：¥710						
45							
21:00							

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
09:00							
15	【休館日】 第1・3月曜日 祝日に当たる場合は その直後の平日						
30							
45							
10:00							
15	元気アップ 体操 10:00～11:00 松野 愛子						
30							
45							
11:00							
15	都度：¥710						
30							
45							
12:00							
15							
30							
45							
13:00							
15							
30	はじめて キック ボクシング45 13:00～13:45 鈴木 真輝子						
45							
14:00							
15							
30							
45							
15:00							
15							
30	姿勢改善 ストレッチ 15:15～16:00 高田 巖						
45							
16:00							
15							
30	都度：¥610						
45							
17:00							
15							
30	キッズダンス スタートアップ (年中～小6) 16:45～17:45						
45							
18:00							
15							
30	ZUMBA 18:00～18:45 MIYUKICHI						
45							
19:00							
15							
30	やさしい バレエ 19:00～20:00 小野 朝子						
45							
20:00							
15							
30	都度：¥710						
45							
21:00							

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
09:00							
15	【休館日】 第1・3月曜日 祝日に当たる場合は その直後の平日						
30							
45							
10:00							
15	元気アップ 体操 10:00～11:00 松野 愛子						
30							
45							
11:00							
15	都度：¥710						
30							
45							
12:00							
15							
30							
45							
13:00							
15							
30	はじめて キック ボクシング45 13:00～13:45 鈴木 真輝子						
45							
14:00							
15							
30							
45							
15:00							
15							
30	姿勢改善 ストレッチ 15:15～16:00 高田 巖						
45							
16:00							
15							
30	都度：¥610						
45							
17:00							
15							
30	キッズダンス スタートアップ (年中～小6) 16:45～17:45						
45							
18:00							
15							
30	ZUMBA 18:00～18:45 MIYUKICHI						
45							
19:00							
15							
30	やさしい バレエ 19:00～20:00 小野 朝子						
45							
20:00							
15							
30	都度：¥710						
45							
21:00							

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
09:00							
15	【休館日】 第1・3月曜日 祝日に当たる場合は その直後の平日						
30							
45							
10:00							
15	元気アップ 体操 10:00～11:00 松野 愛子						
30							
45							
11:00							
15	都度：¥710						
30							
45							
12:00							
15							
30							
45							
13:00							
15							
30	はじめて キック ボクシング45 13:00～13:45 鈴木 真輝子						
45							
14:00							
15							
30							
45							
15:00							
15							
30	姿勢改善 ストレッチ 15:15～16:00 高田 巖						
45							
16:00							
15							
30	都度：¥610						
45							
17:00							
15							
30	キッズダンス スタートアップ (年中～小6) 16:45～17:45						
45							
18:00							
15							
30	ZUMBA 18:00～18:45 MIYUKICHI						
45							
19:00							
15							
30	やさしい バレエ 19:00～20:00 小野 朝子						
45							
20:00							
15							
30	都度：¥710						
45							
21:00							

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
09:00							
15	【休館日】 第1・3月曜日 祝日に当たる場合は その直後の平日						
30							
45							
10:00							
15	元気アップ 体操 10:00～11:00 松野 愛子						
30							
45							
11:00							
15	都度：¥710						
30							
45							
12:00							
15							
30							
45							
13:00							
15							
30	はじめて キック ボクシング45 13:00～13:45 鈴木 真輝子						
45							
14:00							
15							
30							
45							
15:00							
15							
30	姿勢改善 ストレッチ 15:15～16:00 高田 巖						
45							
16:00							
15							
30	都度：¥610						
45							
17:00							
15							
30	キッズダンス スタートアップ (年中～小6) 16:45～17:45						
45							
18:00							
15							
30	ZUMBA 18:00～18:45 MIYUKICHI						
45							
19:00							
15							
30	やさしい バレエ 19:00～20:00 小野 朝子						
45							
20:00							
15							
30	都度：¥710						
45							
21:00							

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
09:00							
15	【休館日】 第1・3月曜日 祝日に当たる場合は その直後の平日						
30							
45							
10:00							
15	元気アップ 体操 10:00～11:00 松野 愛子						
30							
45							
11:00							
15	都度：¥710						
30							
45							
12:00							
15							
30							
45							
13:00							
15							
30	はじめて キック ボクシング45 13:00～13:45 鈴木 真輝子						
45							
14:00							
15							
30							
45							
15:00							
15							
30	姿勢改善 ストレッチ 15:15～16:00 高田 巖						
45							
16:00							
15							
30	都度：¥610						
45							
17:00							
15							