

Re:cover Fit 【2026年10月～】

	月	火	水	木	金	土	
10:00	ヨガ リラックス 10:00～10:45 黒岩 道子	ベーシック ピラティス 10:00～10:45 音峰 美佳	NEW! 美Body 10:00～10:45 RYU	ステップアップ ピラティス 10:00～10:45 真砂 史郎	ベーシック ピラティス 10:00～10:45 音峰 美佳	奇数週：ボールR 偶数週：ボールT	10:00
30				時間変更	NEW!		
11:00	転倒予防 11:00～11:30 小林 十志	ここからスツキリ 11:00～11:45 音峰 美佳	ベリーダンス 入門 11:00～11:45 TOMOMI	ここからスツキリ 11:30～12:15 小林 十志	ボールR/T 11:00～11:30 音峰 美佳		11:00
30							
12:00	BITSベーシック 11:45～12:30 小林 十志		パーソナル 12:00～13:00 沖松 佑樹		トータルシェイプ 11:45～12:15 音峰 美佳		
30					NEW!		
13:00		ストリートダンス 入門 12:40～13:25 MAKO	パーソナル 13:00～14:00 沖松 佑樹		パーソナル 12:30～13:30 音峰 美佳		
30							
14:00	ボディメイクヨガ 13:30～14:15 小林 十志	ベーシック ピラティス 13:40～14:25 MAKO	沖松 佑樹	トータルシェイプ 13:30～14:00 小林 十志	ヨガ ベーシック 13:45～14:30 黒岩 道子	時間変更になりました	
	NEW! 姿勢改善 14:30～15:00 音峰 美佳		ZUMBA 14:30～15:15 小倉 亜季	姿勢改善 14:15～14:45 小林 十志			
15:00					ヨガ リラックス 14:40～15:25 黒岩 道子	パーソナル 14:15～16:15 沖松 佑樹	15:00
30							30
16:00			キッズスクール 【チア】 Ayumi 15:40～16:30		キッズスクール 【バレエ】 岡田 15:40～16:30		16:00
30							30
17:00	キッズスクール 【ダンス】 yu-yu 16:40～17:40	キッズスクール 【空手】 土屋 16:30～17:30	キッズスクール 【チア】 Mizuki 16:40～17:40	キッズスクール 【空手】 伊澤 16:30～17:30	キッズスクール 【バレエ】 岡田 16:40～17:40		17:00
30							30
19:00		キッズスクール 【空手】 土屋 17:35～18:35		キッズスクール 【空手】 伊澤 17:35～18:35		パーソナル 17:30～18:30 音峰 美佳	
30							
20:00	パーソナル 19:00～21:00 音峰 美佳						
21:00							

【料金表】（表示価格はすべて税込。月会費にはシステム利用料110円が含まれます。）

コース	回数	料金	レッスン予約	備考
スタジオワイド	回数制限なし	¥ 8,030/月	必要	グループレッスンにご参加いただけます。
スタジオ月4回	月4回（4日間）	¥ 6,930/月	必要	スタジオのグループレッスンの月に4回（4日）までご参加いただけます。
パーソナルレッスン	都度利用	¥ 3960/30分	必要	個人のニーズに合わせたトレーニングを提供いたします。会員登録せず、都度利用が可能です。
		¥ 5940/45分	必要	
		¥ 7920/60分	必要	