

# Infinity Gym

## 11月 レッスンスケジュール



| Time  | Mon                            | Tue                             | Wed  | Thu                                    | Fri                                 | Sat  | Sun                                   |
|-------|--------------------------------|---------------------------------|--|--|-------------------------------------|--|---------------------------------------|
| 8:00  |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 8:30  |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 9:00  |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 9:30  | 9:30~10:30<br>ベーシックヨガ<br>Riho  |                                 |  |  |                                     |  | 9:30~10:30<br>COWBOYS(Mini)<br>Tomoyo |
| 10:00 |                                |                                 | 10:00~11:00<br>大人ストレッチ<br>Shiho              |  |                                     | 10:00~11:00<br>基礎バレエ<br>Chisato                  |                                       |
| 10:30 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 11:00 | 11:00~12:00<br>ピラティス入門<br>Riho |                                 |  |  |                                     | 11:15~12:15<br>大人チアダンス<br>Chisato                |                                       |
| 11:30 |                                |                                 | 11:30~12:30<br>らくらくエクササイズ<br>Shiho           |  |                                     |  | レンタル<br>スタジオ                          |
| 12:00 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 12:30 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 13:00 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 13:30 |                                |                                 |  |  |                                     |  | レンタル<br>スタジオ                          |
| 14:00 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 14:30 |                                |                                 |  |  |                                     | 14:30~15:45<br>COWBOYS<br>(Jr.Varsity)<br>Tomoyo |                                       |
| 15:00 |                                |                                 | 15:00~16:00<br>幼児体操<br>Shiho                 | 15:00~16:00<br>COWBOYS(Mini)<br>Tomoyo | 15:00~16:00<br>幼児チアダンス<br>Miku      |  | レンタル<br>スタジオ                          |
| 15:30 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 16:00 |                                |                                 | 16:00~17:20<br>COWBOYS<br>(追加レッスン)<br>Tomoyo | 自由練習説明会                                | 16:15~17:15<br>低学年<br>チアダンス<br>Miku | 16:00~17:15<br>COWBOYS<br>(Varsity)<br>Tomoyo    |                                       |
| 16:30 |                                | 16:45~18:15<br>タンブリング①<br>Shiho |  | 16:30~18:00<br>自由練習①<br>Tomoyo         |                                     |  |                                       |
| 17:00 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 17:30 |                                |                                 |  |  | 17:30~19:00<br>高学年<br>チアダンス<br>Miku |  | レンタル<br>スタジオ                          |
| 18:00 | レンタル<br>スタジオ                   |                                 | 17:30~19:45<br>COWBOYS<br>(AS)<br>Tomoyo     | 自由練習説明会                                |                                     | 17:30~19:45<br>COWBOYS<br>(AS)<br>Tomoyo         |                                       |
| 18:30 |                                | 18:30~20:00<br>タンブリング②<br>Shiho |  | 18:30~20:00<br>自主練習②<br>Tomoyo         |                                     |  |                                       |
| 19:00 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 19:30 |                                |                                 |  |  |                                     |  | レンタル<br>スタジオ                          |
| 20:00 | レンタル<br>スタジオ                   |                                 |  | 自由練習説明会                                | レンタル<br>スタジオ                        |  |                                       |
| 20:30 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 21:00 |                                |                                 |  | 20:30~22:00<br>自主練習③<br>Tomoyo         |                                     |  |                                       |
| 21:30 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 22:00 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 22:30 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |
| 23:00 |                                |                                 |  |  |                                     |  |                                       |

|              |              |  |
|--------------|--------------|--|
| スタジオ<br>レッスン | スクール<br>レッスン | スタジオレッスン: 都度払い、回数券、月謝制に対応しており、ご都合に合わせて<br>レッスンにご参加いただけるクラスです→ご予約が必要です<br>スクールレッスン: 月謝制クラスで毎週通っていただくクラスです(予約不要) |
|--------------|--------------|--|

|         |         |        |       |
|---------|---------|--------|-------|
| 高校生以上対象 | 中学生以下対象 | 幼稚園児対象 | 全年齢対象 |
|---------|---------|--------|-------|

|              |  |
|--------------|--|
| レンタル<br>スタジオ | 団体でご利用いただけます。事前の会員登録、ご予約が必要です。<br>上記記載していない日程もあります。<br>⇒お問い合わせ下さい。 |
|--------------|--|

# 11 November Studio Lesson



| Sunday    | Monday   | Tuesday  | Wednesday   | Thursday   | Friday | Saturday  |
|-----------|--|--|---|--|--------|---|
|           |  |  |  <p>1<br/>ストレッチ<br/>エクササイズ</p>    |  <p>2<br/>自由練習</p>    |        |  <p>3<br/>4<br/>バレエ・大人チア</p>     |
| <p>5</p>  |  <p>6<br/>ヨガ・ピラティス</p>    |  <p>7<br/>タンブリング</p>    |  <p>8<br/>ストレッチ<br/>エクササイズ</p>    |  <p>9<br/>自由練習</p>    |        |  <p>10<br/>11<br/>バレエ・大人チア</p>   |
| <p>12</p> |  <p>13<br/>ヨガ・ピラティス</p>   |  <p>14<br/>タンブリング</p>   |  <p>15<br/>ストレッチ<br/>エクササイズ</p>   |  <p>16<br/>自由練習</p>   |        | <p>17<br/>18<br/>CLOSE</p>  |
| <p>19</p> |  <p>20<br/>ヨガ・ピラティス</p> |  <p>21<br/>タンブリング</p> |  <p>22<br/>ストレッチ<br/>エクササイズ</p> |  <p>23<br/>自由練習</p> |        |  <p>24<br/>25<br/>バレエ・大人チア</p> |
| <p>26</p> |  <p>27<br/>ヨガ・ピラティス</p> |  <p>28<br/>タンブリング</p> | <p>29<br/>CLOSE</p>   |  <p>30<br/>自由練習</p> |        |   |