

エイム21 2026年9月 土曜・日祝週替わりプログラムスケジュール

	日付		9月5日(土)	9月12日(土)	9月19日(土)	9月26日(土)
スーパー スタジオ	11:00~	週替わり レッスン	ピラティスベーシック 玉川	レズミルスダンス45 高瀬	ZUMBA 津田	ヒップボンバー45 中野

	日付		9月6日(日)	9月13日(日)	9月20日(日)	9月21日(月祝)	9月22日(火祝)	9月27日(日)
スーパー スタジオ	10:30~	週替わり レッスン		エンジョイエアロ 筆谷	11:30~ レズミルスコア 15tech+30 宮川	10:00~ エンジョイエアロ 長山		エンジョイエアロ 村田
	12:00~	週替わり レッスン		12:00~13:15 メガダンスイベント	12:30~ ボディコンバット60 山本(和)	12:15~ ピラティスベーシック 玉川	12:15~ ボディパンプ60 宮川	ボディパンプ60 藤田
	13:30~	週替わり レッスン	ボディコンバット60 東	14:00~ ボディパンプ60 中村(慎)	14:00~ ZUMBA 津田	ボディコンバット60 中村(雅)	13:45~ レズミルスダンス45 高瀬	ボディコンバット60 藤田
	15:00~	週替わり レッスン	ボディジャム60 高瀬	15:30~ ボディコンバット60 中村(慎)			レズミルスピラティス45 玉川	

クリスタル スタジオ		ホットYOGA45	12:00~ ホットYOGA45do 津田			11:00~ ホットYOGA45ek 長山	11:00~ ホットYOGA45do 和田森	
			15:00~ ホットYOGA45ek 杉浦	13:30~ ホットYOGA45do 和田森	15:00~ ホットYOGA45ek 杉浦			15:00~ ホットYOGA45do 藤田