

studioPYGMY タイムスケジュール

2026.2~

月	火	水	木	金	土	日															
第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	odoreba	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	odoreba	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	odoreba	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	odoreba	第1スタジオ	第2スタジオ	
9:00																					
9:30																					
10:00	10:00-15:30 フィットネス ルーム			10:00-15:30 フィットネス ルーム			9:20-10:20 ママサークル RISA		10:00-11:00 レンタル			9:50-10:30 機能改善ヨガ MARI		10:05-11:05 シェイプアップヨガ AZUMI		9:00-10:00 朝ヨガ AZUMI					
10:30							10:30-12:30 レンタル				11:00-11:45 ダイエクト サークル AIKO				10:15-11:05 シェイプアップヨガ AZUMI		10:15-11:00 キッズダンス K-POP(低年)	MIYUU	10:00-10:45 キッズダンス ユニット		
11:00																					
11:30																					
12:00																					
12:30																					
13:00																					
13:30																					
14:00																					
14:30																					
15:00																					
15:30																					
16:00																					
16:30																					
17:00																					
17:30	17:40-18:40 キッズダンス (低学年) MIKI			17:30-18:30 キッズダンス (低学年) AIRA			16:05-16:50 キッズダンス ユニット		17:00-17:30 キッズ体育 (幼児～年長) AIKO		16:05-16:45 キッズダンス (低学年) AIKO		16:00-16:45 キッズダンス ユニット		16:00-16:40 キッズ体育 (幼児～1年生) AIKO		15:00-16:00 キッズダンス (幼児～1年生) マット・筋トレ・跳び箱 AIKO		16:00-16:45 キッズダンス ユニット		
18:00																					
18:30																					
19:00	18:45-19:30 キッズダンス ユニット			18:45-19:30 キッズダンス ユニット																	
19:30																					
20:00	19:35-20:35 キッズダンス (高学年～) MIKI			20:30-21:00 脂肪燃焼 KAZU					19:20-20:20 キッズダンス (高学年～) RISA		20:00-21:00 K-POP (中学生) MIYUU										
20:30																					
21:00																					
21:30																					
22:00																					
22:30																					

- ...月謝制
- ...大人フリー対象
- ...キッズフィットネス
チケット1枚
- ...キッズフィットネス
チケット2枚
- ...ママサークル
or都度利用
- ...フィットネス
ルーム
- ...都度利用