

# 《スタジオ2スケジュール》

DIVA SPORTS CLUB  
MIND・BODY・SPIRIT - DIVA WAY -

2025年 2月~

	月	水	木	金	土	日	
10:00							10:00
10:30		プライベートレッスン 【要予約】 10:00~11:00 佐藤 美幸 <span style="color:red">有</span>					10:30
11:00					筋膜リリース&ストレッチ 11:00~11:30 石井 博章 <span style="color:blue">台帳</span>		11:00
11:30	引き締め セミプライベートレッスン 11:10~11:40 谷岡 奈央 <span style="color:red">有</span>	プライベートレッスン 【要予約】 11:15~11:45 岩下 洋太 <span style="color:red">有</span>	女子トレShort 11:15~11:45 ひろよん <span style="color:blue">台帳</span>	ジャイロキネシス セミプライベート レッスン 【要予約】 11:10~12:10 滑川 美穂 <span style="color:red">有</span>		プライベートレッスン 【要予約】 <span style="color:red">有</span> <span style="color:red">有</span> <span style="color:red">有</span> 11:15~12:15 佐藤 美幸 <span style="color:red">有</span>	11:30
12:00	ジャズダンス基礎 セミプライベートレッスン 11:45~12:15 谷岡 奈央 <span style="color:red">有</span>		女子トレShort 12:00~12:30 ひろよん <span style="color:blue">台帳</span>		筋膜リリース&ストレッチ 11:45~12:15 石井 博章 <span style="color:blue">台帳</span>		12:00
12:30		プライベートレッスン 【要予約】 12:20~13:20 佐藤 美幸 <span style="color:red">有</span>					12:30
13:00			プライベートレッスン 【要予約】 12:45~13:45 ひろよん <span style="color:red">有</span>				13:00
13:30							13:30
14:00		プライベートレッスン 【要予約】 13:35~14:35 岩下 洋太 <span style="color:red">有</span>	プライベートレッスン 【要予約】 14:00~14:30 向山 敬子 <span style="color:red">有</span>				14:00
14:30							14:30
15:00							15:00
15:30							15:30
16:00							16:00
16:30		バレエ プライベートレッスン 【要予約】 16:00~17:00 宮城 優 <span style="color:red">有</span>					16:30
17:00			プライベートレッスン 【要予約】 16:50~17:50 向山 敬子 <span style="color:red">有</span>				17:00
17:30							17:30
18:00							18:00
18:30							18:30
19:00							19:00
19:30							19:30
20:00						閉館時間 20:00	20:00
20:30			ショーガールコレオ /フェミニンカーブ 20:00~20:30 KADERA <span style="color:red">有</span>			◆各有料レッスンに関して *毎月25日に次月の ご予約を開始致します。 *2階フロントでの 受付になりますので 枠を確認後、お申込み ください。 *25日が休館日の場合は 前日からの受付となります。 *詳しい料金等は、館内掲示物 又はスタッフまで。	20:30
21:00							21:00
21:30							21:30
22:00							22:00
閉館時間 22:30							

◆事前受付が必要なクラス（台帳）

\*【台帳】…3Fカウンターにてレッスン開始60分前より受付致します。台帳にお名前を記入の上、時間になりましたらスタジオ2にお集まりください。

◆定員4名・・・リセットピラティス、筋膜リリース&ストレッチ、女子トレShort  
\*水曜日 要予約は月曜日、平日21:00まで 祝日18:30までにフロントにてお申し込みください。

\*" 台帳 " は、初心者の方でも安心してご参加できるプログラムとなります。" 有 " は、有料クラスとなります。

営業時間 月曜日~土曜日 9:30-22:30 日曜日・祝日 9:30-20:00 休館日 毎週火曜日、夏期、年末年始