

Mapla 大泉学園 6月27日(土)～7月15日(水) ※一部内容、インストラクターの調整中です。

6月27日以降のご予約は6月25日(木)に解放します。6月、7月のレッスン強度はすべて★(初級クラス)で開催いたします。8月から★★(中級クラス) 登場予定です!お楽しみに!

|       | 6月27日(土)                            | 6月28日(日)                            | 6月29日(月)                            | 6月30日(火)                            | 7月1日(水)                            | 7月3日(金)                          | 7月4日(土)                             | 7月5日(日)                             | 7月6日(月)                             | 7月7日(火)                           | 7月8日(水)                            | 7月10日(金)                            | 7月11日(土)                            | 7月12日(日)                            | 7月13日(月)                            | 7月14日(火)                       | 7月15日(水)                           |       |
|-------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|-------|
| 8:00  |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     |                                   |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 8:00  |
| 8:30  | 8:30開店                              | 8:30開店                              |                                     |                                     |                                    | 8:30開店                           | 8:30開店                              | 8:30開店                              |                                     |                                   |                                    | 8:30開店                              | 8:30開店                              | 8:30開店                              |                                     |                                |                                    | 8:30  |
| 9:00  | 8:45～9:30                           | 8:45～9:30                           |                                     |                                     |                                    |                                  | 8:45～9:30                           | 8:45～9:30                           |                                     |                                   |                                    |                                     | 8:45～9:30                           | 8:45～9:30                           |                                     |                                |                                    | 9:00  |
| 9:30  |                                     |                                     | 9:30開店                              | 9:30開店                              | 9:30開店                             |                                  |                                     |                                     | 9:30開店                              | 9:30開店                            | 9:30開店                             |                                     |                                     |                                     | 9:30開店                              | 9:30開店                         | 9:30開店                             | 9:30  |
| 10:00 | 9:45～10:30<br>STRECH<br>YUNA        | 9:45～10:30<br>Beginner+♪<br>Natsumi | 9:45～10:30<br>Beginner<br>SEILA     |                                     | 9:45～10:30<br>BASIC1<br>きら         |                                  | 9:45～10:30<br>STRECH<br>YUNA        | 9:45～10:30<br>Beginner+♪<br>Natsumi | 9:45～10:30<br>Beginner<br>SEILA     |                                   | 9:45～10:30<br>BASIC1<br>きら         |                                     | 9:45～10:30<br>STRECH<br>YUNA        | 9:45～10:30<br>Beginner+♪<br>Natsumi | 9:45～10:30<br>Beginner<br>SEILA     |                                | 9:45～10:30<br>BASIC1<br>きら         | 10:00 |
| 10:30 |                                     |                                     |                                     | 10:30～11:15<br>UPPER BODY1<br>つくは   |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     | 10:30～11:15<br>UPPER BODY1<br>つくは |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 10:30 |
| 11:00 | 10:45～11:30<br>UPPER BODY1<br>ひろみ   | 11:00～11:45<br>Beginner<br>Natsumi  | 11:00～11:45<br>BASIC 1<br>SEILA     |                                     | 11:00～11:45<br>STRECH<br>きら        | 10:45～11:30                      | 10:45～11:30<br>UPPER BODY1<br>ひろみ   | 11:00～11:45<br>Beginner<br>Natsumi  | 11:00～11:45<br>BASIC 1<br>SEILA     |                                   | 11:00～11:45<br>STRECH<br>きら        | 10:45～11:30                         | 10:45～11:30<br>UPPER BODY1<br>ひろみ   | 11:00～11:45<br>Beginner<br>Natsumi  | 11:00～11:45<br>BASIC 1<br>SEILA     |                                | 11:00～11:45<br>STRECH<br>きら        | 11:00 |
| 11:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     |                                   |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 11:30 |
| 12:00 | 12:00～12:45<br>Beginner<br>ひろみ      | 12:15～13:00<br>BASIC1<br>Haru       | 12:30～13:15<br>STRECH<br>SEILA      | 12:00～12:45<br>Beginner<br>つくは      | 12:15～13:00<br>Beginner<br>きら      | 12:00～12:45                      | 12:00～12:45<br>Beginner<br>ひろみ      | 12:15～13:00<br>BASIC1<br>Haru       | 12:30～13:15<br>STRECH<br>SEILA      |                                   | 12:00～12:45<br>Beginner<br>つくは     | 12:15～13:00<br>Beginner<br>きら       | 12:00～12:45<br>Beginner<br>ひろみ      | 12:15～13:00<br>BASIC1<br>Haru       | 12:30～13:15<br>STRECH<br>SEILA      |                                | 12:00～12:45<br>Beginner<br>つくは     | 12:00 |
| 12:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     |                                   |                                    | 12:00～12:45                         |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 12:30 |
| 13:00 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     |                                   |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 13:00 |
| 13:30 | 13:30～14:15<br>Beginner+♪<br>yuuka  | 13:30～14:15<br>UPPER BODY1<br>Haru  |                                     |                                     |                                    |                                  | 13:30～14:15<br>Beginner+♪<br>yuuka  | 13:30～14:15<br>UPPER BODY1<br>Haru  |                                     |                                   |                                    |                                     | 13:30～14:15<br>Beginner+♪<br>yuuka  | 13:30～14:15<br>UPPER BODY1<br>Haru  |                                     |                                |                                    | 13:30 |
| 14:00 |                                     |                                     |                                     | 14:00～14:45<br>LOWER BODY<br>ようこ    |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     | 14:00～14:45<br>LOWER BODY<br>ようこ  |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 14:00 |
| 14:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     |                                   |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 14:30 |
| 15:00 | 14:45～15:30<br>BASIC 1<br>ののか       | 14:45～15:30<br>LOWER BODY1<br>Haru  |                                     |                                     |                                    |                                  | 14:45～15:30<br>BASIC 1<br>ののか       | 14:45～15:30<br>LOWER BODY1<br>Haru  |                                     |                                   |                                    |                                     | 14:45～15:30<br>BASIC 1<br>ののか       | 14:45～15:30<br>LOWER BODY1<br>Haru  |                                     |                                |                                    | 15:00 |
| 15:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     |                                   |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 15:30 |
| 16:00 | 16:00～16:45<br>LOWER BODY1<br>ののか   | 16:00～16:45                         |                                     |                                     | 15:30～16:15<br>Beginner+♪<br>yuuka |                                  | 16:00～16:45<br>LOWER BODY1<br>ののか   | 16:00～16:45                         |                                     |                                   | 15:30～16:15<br>Beginner+♪<br>yuuka |                                     | 16:00～16:45<br>LOWER BODY1<br>ののか   | 16:00～16:45                         |                                     |                                | 15:30～16:15<br>Beginner+♪<br>yuuka | 16:00 |
| 16:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     |                                   |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 16:30 |
| 17:00 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     |                                   |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 17:00 |
| 17:30 | 17:15～18:00<br>UPPER BODY1<br>宮崎 玲子 |                                     |                                     |                                     |                                    |                                  | 17:15～18:00<br>UPPER BODY1<br>宮崎 玲子 |                                     |                                     |                                   |                                    |                                     | 17:15～18:00<br>UPPER BODY1<br>宮崎 玲子 |                                     |                                     |                                |                                    | 17:30 |
| 18:00 |                                     |                                     | 18:00～18:45<br>BASIC 1<br>宮崎 玲子     |                                     | 18:15～19:00<br>Beginner<br>SEILA   | 18:15～19:00<br>UPPER BODY<br>ひろみ |                                     |                                     | 18:00～18:45<br>BASIC 1<br>宮崎 玲子     |                                   | 18:15～19:00<br>Beginner<br>SEILA   | 18:15～19:00<br>UPPER BODY<br>ひろみ    |                                     |                                     | 18:00～18:45<br>BASIC 1<br>宮崎 玲子     |                                | 18:15～19:00<br>Beginner<br>SEILA   | 18:00 |
| 18:30 | 18:30閉館                             | 18:30閉館                             |                                     | 18:30～19:15                         |                                    |                                  | 18:30閉館                             | 18:30閉館                             |                                     | 18:30～19:15                       |                                    |                                     | 18:30閉館                             | 18:30閉館                             |                                     | 18:30～19:15                    |                                    | 18:30 |
| 19:00 |                                     |                                     | 19:15～20:00<br>Beginner<br>宮崎 玲子    |                                     |                                    |                                  |                                     |                                     | 19:15～20:00<br>Beginner<br>宮崎 玲子    |                                   |                                    |                                     |                                     |                                     | 19:15～20:00<br>Beginner<br>宮崎 玲子    |                                |                                    | 19:00 |
| 19:30 |                                     |                                     |                                     | 19:30～20:15<br>LOWER BODY1<br>SEILA | 19:30～20:15<br>UPPER BODY<br>ひろみ   |                                  |                                     |                                     |                                     |                                   |                                    | 19:30～20:15<br>LOWER BODY1<br>SEILA | 19:30～20:15<br>UPPER BODY<br>ひろみ    |                                     |                                     |                                | 19:30                              |       |
| 20:00 |                                     |                                     |                                     | 19:45～20:30<br>BASIC 1<br>SEILA     |                                    |                                  |                                     |                                     | 19:45～20:30<br>BASIC 1<br>SEILA     |                                   |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                | 19:45～20:30<br>BASIC 1<br>SEILA    | 20:00 |
| 20:30 |                                     |                                     | 20:30～21:15<br>UPPER BODY1<br>宮崎 玲子 |                                     | 20:30～21:15<br>Beginner+♪<br>yuuka | 20:30～21:15<br>LOWER BODY<br>ひろみ |                                     |                                     | 20:30～21:15<br>UPPER BODY1<br>宮崎 玲子 |                                   | 20:30～21:15<br>Beginner+♪<br>yuuka | 20:30～21:15<br>LOWER BODY<br>ひろみ    |                                     |                                     | 20:30～21:15<br>UPPER BODY1<br>宮崎 玲子 |                                | 20:30～21:15<br>Beginner+♪<br>yuuka | 20:30 |
| 21:00 |                                     |                                     |                                     | 21:00～21:45<br>STRECH<br>SEILA      |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     | 21:00～21:45<br>STRECH<br>SEILA    |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     | 21:00～21:45<br>STRECH<br>SEILA |                                    | 21:00 |
| 21:30 |                                     |                                     |                                     |                                     | 21:30閉館                            | 21:30閉館                          |                                     |                                     |                                     |                                   |                                    |                                     |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 21:30 |
| 22:00 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                  |                                     |                                     |                                     |                                   | 21:30閉館                            | 21:30閉館                             |                                     |                                     |                                     |                                |                                    | 22:00 |
| 22:30 |                                     |                                     | 22:30閉館                             | 22:30閉館                             |                                    |                                  |                                     |                                     | 22:30閉館                             | 22:30閉館                           |                                    |                                     |                                     |                                     | 22:30閉館                             | 22:30閉館                        |                                    | 22:30 |