



スタジオアルゴール 六本木スケジュール 2009年5月

時間	月	火	水	木	金	土	日	
6:00								
7:00								
8:00	岩盤浴	ヨガ・TOBE 8:00-9:00アウェイク	ヨガ・笑香 8:00-9:00	ヨガ・TOBE 8:00-9:00アウェイク	ヨガ・笑香 8:00-9:00	レンタルスタジオ可	レンタルスタジオ可	
9:00						ベリーパフォーラス・USHAS 完全予約制 9:00-11:00 <small>Alghu/パフォーマンスメンバーのみ</small>	レンタルスタジオ可	
10:00		ベリーイントラ研修・USHAS 9:30-10:30	ベリーダンス・Najum 10:00-11:30 初級	ヨガ・Kanae 10:00-11:00入門				
11:00		ヨガ・TOBE 11:00-12:00入門		アフリカン・Kanae 11:30-12:30	レンタルスタジオ可		ヨガ・TOBE 11:00-12:30india	
12:00			気功・Akane 12:00-13:00					
13:00				オリエンタルキュア・Akane 13:20-14:50	レンタルスタジオ可			アフリカン・FATIMATA 13:00-14:00ソフト
14:00		レンタルスタジオ可						ザバールダンスMiDORI 14:15-15:15
15:00			レンタルスタジオ可		ベリーダンス初級 15:00-16:00			
16:00		ヨガ・TOBE 16:00-17:30		レンタルスタジオ可		ヨガ・TOBE 15:30-17:00	ホットヨガ・笑香 15:30-16:30	
17:00					ヨガ・TOBE 16:30-18:00		ベリーパフォーラス・USHAS 17:00-19:00 完全予約制 一般の方参加OK	ベリーダンス・くりた 16:30-17:30一般
18:00	ベリーダンス・ピア 18:00-19:00入門		ベリーダンス・くりた 18:30-20:00 入門	ヨガ・TOBE 18:30-20:00				
19:00		ベリーダンス・Najum 19:00-20:00初級			ヨガ・TOBE 19:00-20:30			
20:00	ヨガ・TOBE 19:30-21:00		ベリーダンス・くりた 20:15-21:45 一般	アフリカン・イスマエラ 20:15-21:45			レンタルスタジオ可	
21:00					ベリーダンス・くりた 20:50-22:20	レンタルスタジオ可		
22:00	レンタルスタジオ可	スタジオレンタル可	スタジオレンタル可	ベリーダンス・USHAS 22:00-23:00				
23:00	岩盤浴							
###								
1:00								
5:00	岩盤浴							

 ...女性のみスタジオ利用可能

 ...男女ともに利用可

