

2018 1 Daikanyama 代官山 LESSON TIME SCHEDULE

【休館日】1 (月祝)・7 (日)・13 (土)・14 (土)
 【営業時間】レッスン開始30分前～終了後30分
 ※閉館時間にはご退館くださいますようお願いいたします。
 ※最新情報はwebサイト<http://d-studio-ddd.com/>でご確認下さい。

レッスンのご予約について
 1. レッスンの予約は基本的に2日前までにMAILかTELにてお申込下さい。
 2. 当日、急遽ご参加される場合もMAILかTELにてまずはご一報ください。
 ※都合により参加できない場合は、前日までに必ずご連絡をいただき、当日に急遽欠席される場合も、事前にMAILかTELにてご連絡ください。

	MON.	TUE.	WED.	THU.	FRI.	SAT.	SUN.
11:00	1/28 (日) SPECIAL LESSON DDDランニング倶楽部 (5pt) 9:00 集合 9:15 出発		11:00-12:00 誰でもできる DDD West Coast Style X 霜田哲也 3pt	G 11:00-12:00 Extra DDD WORKOUT ※週替わり 4pt	J 11:00-12:00 Extra BAILA BAILA 石関みどり 4pt	L 11:00-12:00 13日 休講 リクエスト BAILA BAILA ※週替わり 3pt	P 11:00-12:00 7.14日 休講 本日に初めての人のための DDD WORKOUT[週替わり] ※週替わり 3pt
12:00	パワーアップのためのランニングクラブ! 今回一緒に走るメンバーは 霜田哲也 & 谷井恵利香		12:15-13:15 もっと詳しく BIG DANCE 霜田哲也 3pt	H 12:15-13:15 Extra DDD WORKOUT ※週替わり 4pt	5日代行→霜田哲也 K 12:15-13:15 ノンストップ BAILA BAILA 石関みどり 3pt	M 12:10-13:10 13日 休講 誰でもできる DDD WORKOUT[週替わり] ※週替わり 3pt	Q 12:10-13:10 7.14日 休講 vol.MIX ノンストップBAILA BAILA ※週替わり 3pt
13:00	各種イベントのご予約は d.studio@dddflux.co.jp まで		C 13:30-14:30 ノンストップバラード de BAILA BAILA ※週替わり 3pt		5日代行→霜田哲也 1 12:15-13:15 DDD パフォーマンスクラス 《BAILA BAILA (発表会用) コース》 ※1月26日スタート (全8回) 石関みどり	N 13:20-14:20 13日 休講 Extra/60 AER☆STER X ※週替わり 3pt	R 13:20-14:50 7.14日 休講 日曜スペシャル ※週替わり 4pt
14:00			14:45-15:45 誰でもできる AER☆STER X 青葉葵 3pt	14:00-15:40 18日のみ DDD ACADEMY ～プレコース～ 伊藤由里子 ※お問い合わせ・お申し込み academy@fitnessdance.net	12:15-13:15 DDD パフォーマンスクラス 《BAILA BAILA (発表会用) コース》 ※1月26日スタート (全8回) 石関みどり	O 14:30-15:30 13日 休講 Extra/60 DDD STYLEHIPHOP ※週替わり 3-4pt	
15:00					13:30-14:30 誰でもできる DDD HOUSE WORKOUT 大堀真武 3pt		
16:00			20:35-21:35 10日のみ BAILA BAILA パフォーマンスのための ジャズダンス基礎 (男性編) 伊田朋美 3pt	16:00-17:40 18日のみ DDD ACADEMY ～インストラクター インブルームメントコース～ 伊藤由里子 ※お問い合わせ・お申し込み academy@fitnessdance.net	14:45-15:45 誰でもできる DDD STYLE HIPHOP 伊田朋美 3pt		
17:00		19:30-20:30 23.30日のみ 誰でもできる DDD STYLE HIPHOP 伊田朋美 3pt	19:30-20:30 10日のみ BAILA BAILA パフォーマンスのための ジャズダンス基礎 (女性編) 伊田朋美 3pt		16:00-17:40 19.26日のみ DDD ACADEMY ～プレコース～ 石関みどり ※お問い合わせ・お申し込み academy@fitnessdance.net		
18:00		18:20-19:20 バレエエクササイズ 山田海峰 4pt	D 19:30-20:30 Extra BAILA BAILA 伊藤由里子 4pt	I 19:30-20:30 誰でもできる DDD WORKOUT[週替わり] ※週替わり 3pt			
19:00	19:30-20:30 Extra BIG DANCE ISY 4pt	19:30-20:30 23.30日 休講 タヒチアン入門 Akkiy 3pt	E 20:35-21:35 Extra BAILA BAILA 伊藤由里子 4pt		16:00-17:40 19.26日のみ DDD ACADEMY ～インストラクター インブルームメントコース～ 石関みどり ※お問い合わせ・お申し込み academy@fitnessdance.net		
20:00	20:35-21:35 ダイエット BAILA BAILA 猿谷英子 3pt	20:35-21:35 誰でもできる DDD West Coast Style X 伊田朋美 3pt	F 21:40-22:40 Extra AER☆STER X 伊藤由里子 4pt				
21:00	A 21:40-22:40 ノンストップバラード de BAILA BAILA ※週替わり 3pt	B 21:40-22:40 誰でもできる DDD HOUSE WORKOUT 大堀真武 3pt					
22:00			10、14日代行→伊田朋美				

A (月曜) ノンストップ バラード de BAILA BAILA 22日: 紀田美咲 / 29日: 猿谷英子	1日: 休館日 / 8日: 紀田美咲 / 15日: 猿谷英子 / 22日: 紀田美咲 / 29日: 猿谷英子
B (火曜) 誰でもできる DDD HOUSE WORKOUT 30日: 青葉葵	2日: 休講 / 9日: 大堀真武 / 16日: 青葉葵 / 23日: 大堀真武 30日: 青葉葵
C (水曜) ノンストップ バラード de BAILA BAILA 24日: 伊藤由里子	3日: 休講 / 10日: 紀田美咲 / 17日: 霜田哲也 / 24日: 伊藤由里子 / 31日: 霜田哲也
D (木曜) Extra BAILA BAILA 24日: Domino※代行→霜田哲也 / 31日: Domino Rain	3日: 休講 / 10日: クラス変更 / 17日: Mascarada 24日: Domino※代行→霜田哲也 / 31日: Domino Rain
E (水曜) Extra BAILA BAILA 24日: Domino※代行→霜田哲也 / 31日: Domino Rain	3日: 休講 / 10日: クラス変更 / 17日: Mascarada 24日: Domino※代行→霜田哲也 / 31日: Domino Rain
F (水曜) Extra AER☆STER X 24日: Pop※代行→伊田朋美 / 31日: La ultima cancion remix	3日: 休講 / 10日: Pop※代行→伊田朋美 / 17日: La ultima cancion remix 24日: Pop※代行→伊田朋美 / 31日: La ultima cancion remix
G (木曜) Extra DDD WORKOUT 4日: (DDD STYLE HIPHOP) 国森ゆき / 11日: (BIG DANCE) ISY	4日: (DDD STYLE HIPHOP) 国森ゆき / 11日: (BIG DANCE) ISY 11日: (AER☆STER X) 伊藤由里子 / 25日: (BIG DANCE) ISY
H (木曜) Extra DDD WORKOUT 18日: (AER☆STER X) 伊藤由里子 / 25日: (BIG DANCE) ISY	4日: (AER☆STER X) Pop 国森ゆき / 11日: (社交ダンス入門) ISY 18日: (AER☆STER X) 伊藤由里子 / 25日: (社交ダンス入門) ISY La ultima cancion remix
I (木曜) 誰でもできる DDD WORKOUT 11日: 18日: (AER☆STER X) Pop 馬場恵里奈	(DDD HOUSE WORKOUT) 4日: 馬場恵里奈 / 25日: 大堀真武 11日: 18日: (AER☆STER X) Pop 馬場恵里奈
J (金曜) Extra BAILA BAILA 26日: 未定	5日: 未定※代行 霜田哲也 / 12日: 未定 / 19日: 未定 26日: 未定
K (金曜) ノンストップ BAILA BAILA 27日: 休講	5日: vol.13 ※霜田哲也 / 12日: vol.12 / 19日: vol.11 27日: 休講
L (土曜) リクエスト BAILA BAILA 27日: 紀田美咲	6日: 大堀真武 / 13日: 休館日 / 20日: 大堀真武 27日: 紀田美咲
M (土曜) 誰でもできる DDD WORKOUT 27日: 伊田朋美 (DDD West Coast Style X)	6日: 馬場恵里奈 (DDD HOUSE WORKOUT) / 13日: 休館日 / 20日: 星小百合 (DDD STYLE HIPHOP) 27日: 伊田朋美 (DDD West Coast Style X)
N (土曜) Extra/60 AER☆STER X 20日: (60/3pt) Pop 馬場恵里奈 / 13日: 休館日 / 27日: (60/3pt) Pop 星小百合 / 27日: (60/3pt) Pop 伊田朋美	6日: (60/3pt) Pop 馬場恵里奈 / 13日: 休館日 / 20日: (60/3pt) Pop 星小百合 / 27日: (60/3pt) Pop 伊田朋美
O (土曜) Extra/60 DDD STYLEHIPHOP 20日: (Extra/4pt) 大堀真武 / 13日: 休館日 / 27日: (60/3pt) 星小百合	6日: (Extra/4pt) 大堀真武 / 13日: 休館日 / 20日: (Extra/4pt) 大堀真武 / 27日: (60/3pt) 星小百合
P (日曜) 誰でもできる DDD WORKOUT 28日: (DDD West Coast Style X) 大堀真武	7日: 休館日 / 14日: 休館日 21日: (DDD STYLE HIPHOP) 星小百合 28日: (DDD West Coast Style X) 大堀真武
Q (日曜) vol.MIX ノンストップBAILA BAILA 28日: 伊藤由里子	7日: 休館日 / 14日: 休館日 / 21日: 谷井恵利香 28日: 伊藤由里子
R (日曜) 日曜スペシャル 28日: 伊藤由里子「Extra BAILA BAILA 90」	7日: 休館日 / 14日: 休館日 21日: 大堀真武「DDD HOUSE WORKOUT90」 28日: 伊藤由里子「Extra BAILA BAILA 90」

全曲リード
インストラクター付き!
DDD HOUSE
WORKOUT
Vol.17,18
約2時間を踊りきろう!

全曲リード
インストラクター付き!
BAILA BAILA
Vol.18,19,20
約3時間を踊りきろう!

2018年1月27日(土)大阪で
 2018年最初のマラソンは大阪からスタート!
 ※完走者にはディプロマ+特製記念缶バッチプレゼント!