TUオリジナル オンラインフィットネス
【生中継スタジオ】スケジュール　2026年4月28日(火)～

【生中継スタジオ】
スケジュール表の時間通りに、LIVE配信レッスンを行って参ります。(Zoomを使用)
大阪・金沢の各店舗で行われる、様々なTUオリジナルレッスンを、
スタジオにご来店頂いているかのようにお楽しみ下さい。

月		火	水		木	金		土	日	
毎週月曜 祝日 LIVE配信 お休み	10:00			10:00			10:00	LIVE 10:00 リズボク初級 大阪		7:00
	10:30			10:30			10:30			7:30
	11:00	LIVE 11:00–11:45 リズボク初級 大阪		11:00	LIVE 11:00 リズボク初級 大阪		11:00	LIVE 11:00 リズボクキック初級 大阪		8:00
	11:30			11:30			11:30			8:30
	12:00	LIVE 11:45–12:30 リズボク中級入門 大阪		12:00	LIVE 12:00 リズボク中級入門 大阪		12:00			9:00
	12:30			12:30			12:30			9:30
	13:00			13:00			13:00			10:00
	13:30			13:30			13:30			10:30
	14:00			14:00	LIVE 14:00 リズボク初級 金沢		14:00			11:00
	14:30			14:30			14:30			11:30
	15:00			15:00			15:00			12:00
	15:30			15:30			15:30			12:30
	16:00			16:00			16:00			13:00
	16:30			16:30			16:30			13:30
	17:00			17:00			17:00			14:00
	17:30	LIVE 17:30 リズボク初級 大阪		17:30	LIVE 17:30–18:15 リズボク初級 金沢		17:30	LIVE 17:30 リズボク上級 大阪		14:30
	18:00			18:00	LIVE 18:16–19:00 リズボク初級 金沢		18:00			15:00
	18:30			18:30			18:30	LIVE 18:30 リズボク初級 大阪		15:30
	19:00			19:00	LIVE 19:00 リズボク初級 大阪		19:00			16:00
	19:30			19:30			19:30			16:30
	20:00	LIVE 20:16–21:00 リズボク初級 金沢		20:00	LIVE 20:00 リズボクキック初級 大阪		20:00			17:00
	20:30			20:30			20:30			17:30
	21:00			21:00			21:00			18:00
										18:30
										19:00
										19:30
										20:00
										20:30
										21:00