

POWERHOUSEGYM MIYAZAKI STUDIO PROGRAM 2025.4

	4/6(日)	4/13(日)	4/20(日)	4/27(日)
9:15				
9:30				
9:45				
10:00				
10:15				
10:30				
10:45				
11:00	 ZUMBA	 ZUMBA	 ZUMBA	
11:15	11:00~11:45	11:00~11:45	11:00~11:45	
11:30	MISATO	CHIKA	中條里香	
11:45				
12:00	 フットキュア	初中級エアロ+	ルーシーダットン	 ヨガ
12:15	コンディショニング	動きのテクニック	12:00~12:45	12:00~12:45
12:30	12:00~12:45	12:00~13:00	CHIKA	中條里香
12:45	MISATO	小林実登		
13:00		※有料レッスン		
13:15		ラテンエアロ		
13:30		13:15~14:00		
13:45		小林実登		
14:00		田中聖人		
14:15		※有料レッスン		
14:30		ジョイントエアロ		
14:45		14:15~15:15		
15:00		小林実登		
15:15		田中聖人		
15:30		※有料レッスン		
15:45	ス レ		ス レ	ス レ
16:00	タ ン		タ ン	タ ン
16:15	ジ タ		ジ タ	ジ タ
16:30	オ ル		オ ル	オ ル
16:45		ス レ		
17:00		タ ン		
17:15		ジ タ		
17:30		オ ル		
17:45				
18:00				
18:15				
18:30				
18:45				
19:00				
19:15				
19:30				
19:45				
20:00				
20:15				
20:30				
20:45				
21:00	日曜日			
21:15				
21:30	各週レッスン!			
21:45				
22:00				

4月13日日曜日

12:00~13:00
初中級エアロ+
動きのテクニック
担当:小林実登IR

13:15~14:00
ラテンエアロ
担当:小林実登IR
田中聖人IR

14:15~15:15
ジョイントエアロ
担当:小林実登IR
田中聖人IR
(初中級レベルになります。)

※要予約、
別途料金
フロント又は
お電話にて受付
(詳細は別紙にて
ご確認ください。)



小林実登IR

- ・ Japan Rookie contest2016,2018 準優勝
- ・ イタリアフィットネスコンテスト2018 3位
- ・ GENERATION NEXT2018 優勝
- ・ インストラクター・オブ・ザ・イヤー2019受賞
- ・ TOTAL FREESTYLE TROPHY2020 優勝

2013年から長野を中心に、フリーインストラクターとして活動を開始。「心と身体をリンクさせる」をモットーに、コンディショニングを取り入れたエアロビクスサークル活動にも力を入れる。2018年から株式会社D-Revolutionsクルーとして拠点を大阪に移し活動。レギュラーレッスン、イベント出演などに併せてマネージャー職、店舗責任者を経験。2023年に独立し長野に戻りFitness studio MinoLinkをオープン。現在ではリディアダンスアカデミーにFC加盟し、Fitness studio MinoLinkの代表とリディアダンスアカデミー長野校のオーナーを兼任。多くの方に笑顔と感動をお届けできるよう日々活動しております。

レンタルスタジオは
 税込3,300円にてスタジオのみ
 ご利用いただけます。
 詳しくはHPを
 ご確認ください。