

☆スタジオ特別プログラム☆

2月11日(火)建国記念日

	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
10:00			
11:00	バレトン 10:25~11:10 歓崎	シェイプアップヨガ 10:30~11:15 ちまき	
12:00	ZUMBA 11:35~12:20 歓崎 WEB予約	Hello!ヨガ 11:30~12:15 ちまき 株式会社日新ウエルネス オリジナルヨガ 初心者レッスン	マットピラティス 11:30~12:15 轟
13:00	LES MILLS BODY PUMP 60 12:50~13:50 渡辺・木目田 WEB予約	ポールストレッチ 12:40~13:25 轟	ジャズダンス 12:30~13:45 yuri
14:00	2月4日(火)14:00~予約開始 LES MILLS BODY JAM 45 14:10~14:55 阿部 WEB予約	ボディメイクバレエ 14:15~15:15 河口	
15:00	コンビネーションステップ 15:10~15:55 阿部		
16:00	初級エアロ 16:10~16:55 遠藤(富)	ZUMBA 15:45~16:30 田澤 初心者レッスン	キッズスクール
17:00	ヨガ 17:10~17:40 遠藤(富)	骨盤調整 16:45~17:30 田澤	
18:00			
19:00		初心者レッスン 運動がはじめて！今までスタジオプログラムに参加したことのない方におすすめのレッスンです。 WEB予約 通常プログラムにてWEB予約対象になっているクラスには予約時間を記載しておりません。予めご了承ください。	

★祝日 営業時間★

営業時間 10:00~21:00 (フロント営業時間19:00まで)
 (スポーツゾーン終了は20:00です。予めご了承くださいませ。)