

2024年8月12日 (月・祝) スタジオ特別プログラム

	ホットスタジオ	AntiGravity®studio	Pilates studio	8月12日(月・祝)は特別営業の為、スタジオスケジュールが左記のように変更となります。 お間違えのないよう宜しくお願い致します。
8:00	【営業開始 8:00 OPEN】			
8:30				
9:00				
9:30	【定員15名】		【定員6名】	
10:00	infinity flow 9:35~10:20 Kanari	【定員12名】※	Stretch Flow 9:45~10:15 Akiko	
10:30	【定員15名】	AntiGravity® 【AY Design2】 10:15~11:15 RIKA		
11:00	Gaze~美尻~ マシュマロヒップ 10:45~11:30 前野 明子	隔週クラス 【定員12名】※		
11:30	【定員15名】	AntiGravity® 【Fun2】 11:35~12:35 RIKA	【定員6名】	
12:00	VOLT DRUM 30 12:00~12:30 Shiori		Total Basic 12:30~13:15 Saya	
12:30				
13:00	【定員15名】	【定員15名】		
13:30	ホットヨーガベーシック 13:30~14:15 川谷 幸子	infinity flow 13:30~14:15 Yuki		
14:00				
14:30	【定員15名】		【定員6名】	
15:00	Surf Exercise ~BASIC5.0~ 14:45~15:30 Saya	【定員15名】	Total Basic 14:45~15:30 Yuki	
15:30		Group Fight45 15:15~16:00 Shiori	【定員6名】	
16:00	【定員15名】		Total Basic 15:55~16:40 Yuki	
16:30	Surf Exercise ~Total Beauty2.0~ 16:00~16:45 Saya	【定員15名】		
17:00	【定員15名】	ポールコンディショニング 16:35~17:15 Hina		
17:30	Surf Exercise ~BASIC7.0~ 17:10~17:55 Yuki			
18:00				
18:30	【営業終了: 18:30 CLOSE】		MEGALOS Reflet	