

5月20日(火)

～ 新プログラム「歌ってmove」体験レッスン ～

火曜日

2FスタジオA

3FスタジオB

詳細

9:30

■定員45名

10:00-10:30

コアシェイプ

岡橋優子

■定員27名

10:00-10:30

トラディショナルヨーガ

山岸厚子

～体験レッスン詳細について～

10:30

■定員45名

10:50-11:20

ZUMBA

小山江里子

■定員27名

10:50-11:35

ボディデザインピラティス

山岸厚子

■レッスン内容

○歌ってmove 無料

⇒担当 藤本弥那

11:00

■定員45名

11:35-12:05

ZUMBA

小山江里子

【受付申し込み開始】

通常レッスン同様（アプリから）

12:00

■定員28名

12:25-12:55

TOBIPPA

佐々木純

■定員27名

12:00-12:30

やすらぎヨーガ

山岸厚子

○4/29(火) 19:30～

※アクセスが集中する恐れがありますので、
予めご了承くださいませ。

12:30

■定員45名

13:15～14:00

フラダンス

西山佳代

■有料

12:45-13:45

REBORNS FIT

キャスト

【注意事項】

※時間外利用の会員種別、チケット等をご利用
されない方、施設利用料として別途2,200円(税
込)を頂戴いたします。終日施設をご利用いた
だけます。

13:30

■定員45名

14:15-15:00

太極拳

晶

■定員27名

15:10-15:40

ホットヨーガ・ベーシック

林浩子

【ホットスタジオ・中温】

15:00

15:15-16:15

ミライク

キッズ

■定員27名

16:10-16:40

ホットヨーガ・アドバンス

林浩子

【ホットスタジオ・中温】

16:00

16:15-17:15

ミライク

ジュニア

■定員27名

17:00-17:30

ホットヨーガ・ベーシック

加藤りえ子

【ホットスタジオ・中温】

17:00

17:15-18:15

ミライク

RUN

18:00

■定員33名

19:00-19:30

歌ってmove

藤本弥那

■定員27名

19:00-19:45 ※女性限定

ホットヨーガ・ウエストシェイプ 中温

田中江里香

19:00

■定員45名

19:45-20:30

リトモス

MIYA

■定員27名

20:00-20:45

ホットヨーガ・ベーシック 中温

田中江里香

20:00

■定員33名

20:45-21:15

Group Blast(映像)

21:00

21:40-22:40

Group Power(映像)

22:00