

# 1月3日(土) お正月特別スケジュール

	2FスタジオA	3FスタジオB	プール
9:30			
10:00	■定員45名 9:45-10:30 やすらぎヨーガ AUM 		
10:30	■定員45名		
11:00	10:45-11:30 トラディショナルヨーガ AUM		
11:30			
12:00	11:45-12:30 Group Groove(映像)		
12:30			
13:00	12:45-13:30 Group Fight(映像)	■定員27名 13:00-13:30 ホットヨーガ・ベーシック Mari 【ホットスタジオ・中温】 	
13:30			
14:00	13:45-14:30 Group Centergy(映像)	■定員27名 14:00-14:30 ホットヨーガ・ベーシック Mari 	
14:30			
15:00	14:45-15:30 Group Power(映像)	■定員27名 14:45-15:30 ホットヨーガ・アドバンス Mari 	
15:30			
16:00	15:45-16:30 Group Fight(映像)	■定員27名 16:15-17:00 ホットスタイルピラティス 飯島美紀 	
16:30			
17:00	16:45-17:30 Group Blast(映像)	■定員30名 17:30-18:00 Group Groove 飯島美紀 	
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			

アクアプログラムに関しましては、  
全レッスン休講となります。