

2月11日(水祝) 祝日スケジュール

	2FスタジオA	3FスタジオB	各プログラムについて
9:30	■定員45名	9:30-10:15 ベビーミライク	・色がついているレッスンは初めての方でも安心してご参加いただけるレッスンです。
10:00	9:45-10:15 フラダンス chie	■定員35名	・スタジオへの入場はレッスン開始10分前からです。
10:30	■定員45名	10:35-11:05 フラダンス chie	・急な休講・変更がある場合がございます。
11:00	10:30-11:15 ZUMBA 谷岡奈央	■定員30名	
11:30	11:25-12:10 トラディショナルヨガ 田中真紀	11:20-11:50 やさしいフリースタイル 西澤竜一	
12:00	■定員45名	■有料 12:05-13:05 フリースタイル スクール 西澤竜一	
12:30	12:30-13:15 ヴォーカリズム 井上香	■定員27名	
13:00	■無料登録制 13:30-14:00 ウォーキングサークル(奇数週) ランニングサークル(偶数週) 黒須恵美子	13:55-14:25 ホットヨガ・ベーシック 荻沼明美	
13:30	■定員45名	【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名	
14:00	14:15-15:00 Group Centergy 幸福陽子	14:45-15:15 ホットヨガ・アドバンス 荻沼明美	
14:30		【ホットスタジオ・中温】	
15:00		■定員27名	
15:30			
16:00			
16:30	16:15-17:15 ミライク ジュニア	16:15~17:00 ホットヨガ・アドバンス Mari	
17:00		【ホットスタジオ・中温】	
17:30	17:15-18:15 ミライク RUN	■定員30名	
18:00		18:00-18:30 ジャズダンス 遠藤夏美	
18:30		■定員27名	
19:00		18:45-19:15 やすらぎヨガ 遠藤夏美	
19:30			
20:00			