

# 2月21日(土) 特別スケジュール

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	9:00-10:00 ミライク ジュニア	
10:00	9:45-10:30 やすらぎヨーガ AUM	10:00-11:00 ミライク キッズ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・スタジオへの入場はレッスン開始10分前からです。</li> <li>・急な休講・変更がある場合がございます。</li> </ul> <p>【檜垣コーチラストレッスン】</p> <p>□開催日程 2/21(土)</p> <p>17:50-18:35 Group Blast45 18:55-19:40 Group Centergy45</p> <p>□参加費:無料</p> <p>□ご予約方法 :ホームページお知らせ欄、もしくは下記QRコードよりお申込み</p> <p>□ご予約受付時間 :2/14(土)11:00~各レッスン開始30分前まで</p>
10:30	■定員45名	■定員30名	
11:00	10:45-11:30 トラディショナルヨーガ AUM	11:15-12:00 ジャズダンスNEXT 山川弘文	
11:30	■定員45名	■定員27名	
12:00	11:45-12:30 ZUMBA 梶原千寿子	14:15-14:45 ホットヨーガ・ベーシック Mari	
12:30	■定員45名	【ホットスタジオ・中温】	
13:00	12:45-13:30 Group Fight 都築紀彦	■定員27名	
13:30	■定員45名	15:15-15:45 ホットヨーガ・ベーシック Mari	
14:00	13:45-14:30 Group Centergy 都築紀彦	【ホットスタジオ・中温】	
14:30		16:00-16:45 ホットヨーガ・アドバンス Mari	
15:00		【ホットスタジオ・中温】	
15:30	15:15-16:15 ミライク キッズ	■定員27名	
16:00	16:15-17:15 ミライク ジュニア	17:00-17:30 ホットスタイルピラティス 飯島美紀	
16:30		【ホットスタジオ・中温】	
17:00		■定員27名	
17:30		18:00-18:30 Group Groove 飯島美紀	
18:00	■定員33名 ★檜垣コーチ LAST LESSON★ 17:50-18:35 Group Blast45 檜垣直也	■定員30名	
18:30		18:00-18:30 Group Groove 飯島美紀	
19:00	■定員45名 ★檜垣コーチ LAST LESSON★ 18:55-19:40 Group Centergy45 檜垣直也		
19:30			
20:00			

## 各プログラムについて

- ・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。
- ・スタジオへの入場はレッスン開始10分前からです。
- ・急な休講・変更がある場合がございます。

【檜垣コーチラストレッスン】

□開催日程  
2/21(土)

17:50-18:35 Group Blast45  
18:55-19:40 Group Centergy45

□参加費:無料

□ご予約方法  
:ホームページお知らせ欄、もしくは下記QRコードよりお申込み

□ご予約受付時間  
:2/14(土)11:00~各レッスン開始30分前まで

## 予約フォーム

