

8月11日(火祝) 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			<ul style="list-style-type: none"> 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。
10:00	■定員35名 10:00-10:30 ボディメイクステップ 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	
10:30	■定員45名	■定員27名	
11:00	10:45-11:30 ZUMBA 小山江里子	10:50-11:35 ボディデザインピラティス 山岸厚子	
11:30	■定員45名		
12:00	11:45-12:15 FITHOP 小山江里子	■定員27名 12:00-12:30 やすらぎヨーガ 山岸厚子	
12:30	■定員45名 12:30-13:00 ※女性限定 Infinity flow 藤本		
13:00	■定員45名	■有料 12:45-13:45 REBORNS FIT キャスト	
13:30	13:15~14:00 フラダンス 西山佳代		
14:00	■定員45名		
14:30	14:15-15:00 太極拳 晶		
15:00		■定員27名	
15:30	15:15-16:15 ミライキッズ (荏田北こども園兼用クラス)	15:05-15:50 ホットヨーガ・ベーシック 林浩子	
16:00		【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名	
16:30	16:15-17:15 ミライキッズ ジュニア	16:10-16:40 ホットヨーガ・アドバンス 林浩子	
17:00		【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名	
17:30		17:00-17:30 ホットヨーガ・ベーシック 鈴木映子	
18:00		【ホットスタジオ・中温】	
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			