

8月11日(月)祝日スタジオスケジュール

スタジオA		スタジオB	
【8 : 30 OPEN】			
8:30			8:30
9:00			9:00
9:30			9:30
10:00	定員45名	定員40名	10:00
10:30	エンジョイエアロ40 10:00-10:40 山岸 厚子	トラディショナルヨーガ45 10:00-10:45 かおり	10:30
11:00	定員45名	定員40名	11:00
11:30	ボディデザインピラティス45 11:00-11:45 山岸 厚子	ヴォーカリズム 11:00-11:30 かおり	11:30
12:00	定員35名	定員15名	12:00
12:30	Group Power45 12:15-13:00 長谷川 春果	■有料制 REBORNS FIT 12:00-13:00 キャスト	12:30
13:00		定員40名	13:00
13:30	定員45名	気功45 13:15-14:00 名古屋 勉	13:30
14:00	Group Fight45 13:30-14:15 長谷川 春果		14:00
14:30			14:30
15:00	定員45名		15:00
15:30	ジャザサイズ45 14:50-15:35 宮脇 尚子		15:30
16:00		■有料制 ミライク 16:00-17:00 年長～小3	16:00
16:30			16:30
17:00		■有料制 ミライク RUN 17:00-18:00 小3～中1	17:00
17:30			17:30
18:00			18:00
18:30	定員45名		18:30
19:00	ZUMBA®45 18:30-19:15 池内 一裕		19:00
19:30			19:30
20:00	【施設利用 19:50まで】【チェックアウト 20 : 00まで】		20:00