

2/11(火)祝日 スタジオスケジュール

営業時間9:00~20:00		
	Active	HOT : for women
9:30	【WEB予約制30名】 やすらぎヨーガ30 9:30-10:00 Natsumi	【映像】Group Centergy 15 9:15-9:30 【定員制20名】
10:00	【WEB予約制30名】 トラディショナルヨーガ 30 10:15-10:45 Natsumi	【映像】Group Centergy 30 9:45-10:15 【定員制20名】
10:30		【定員制20名】 【映像】Group Centergy 15 10:30-10:45
11:00	【有料スクール登録者制】	【有料事前申込制】
11:30	REBORNS FIT 11:15-12:15 ～生涯元気にライフ&スポーツを 楽しむ為の健康な身体づくりと 仲間づくりのためのスクール～	有料ヨーガ 心とカラダをつなげるハタヨーガ 11:15-12:00 Natsumi
12:00		【WEB予約制27名】 HOT YOGA～ウェストシェイプ～30 12:15-12:45 Natsumi
12:30		
13:00		【WEB予約制27名】 HOT YOGA～骨盤～30 13:15-13:45 やすおかともこ
13:30		
14:00	キッズイベント 予定	【WEB予約制27名】 HOT YOGA～ベーシック～30 14:00-14:30 やすおかともこ
14:30		
15:00		
15:30		
16:00	【WEB予約制30名】 Group Power 30 16:00-16:30 戸嶋新太	キッズスクール ミライク 【キッズ】15:30-16:30
16:30		
17:00	【WEB予約制34名】 TOBIPPA 30 17:00-17:30 戸嶋新太	キッズチアダンススクール 16:30-17:30
17:30		
18:00		
18:30	【映像】Group Fight 60 18:00-19:00	【映像】Group Centergy 30 18:15-18:30
19:00		【映像】Group Centergy 30 18:45-19:00
19:30		
20:00		
<p>【通常利用時間】 マシンジム利用時間 19:50まで 施設閉館時間 20:00 ※24時間会員の方は、20時以降もマシンジムのみご利用いただけます。 お荷物は、6階マシンジムエリアにご移動を宜しくお願いいたします。</p>		
<p>【ねんサポ詳細】</p> <ul style="list-style-type: none"> ■カレンダー上で祝日表記がある日程は、セッション時間が以下の通りに変更となります。 平日夜20:00~20:30 ⇒ 17:00~17:30 21:00~21:30 ⇒ 18:00~18:30 22:00~22:30 ⇒ 19:00~19:30 ■担当スタッフは変更になる場合がございます。その際は事前にお知らせいたします。また、やむを得ず急遽休講となる場合もございます。 ■運動に適した服装、シューズでご参加ください。 ■当日、遅れての参加される場合は残り時間内でのご案内となります。 		