

9/15(祝・月) スタジオスケジュール【暫定版】

営業時間9 : 00～23 : 00			
Active		HOT : for women	
9:30			9:30
10:00	【有料スクール登録者制】		10:00
10:30	REBORNS FIT 10:15～11:15 ～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～	【WEB予約制10名】 Reformer pilates Total Basic 45 10:30-11:15 角田 美月	10:30
11:00			11:00
11:30	【有料申し込み制 29名】 Group Groove 45 11:30-12:15 若井 美里&工藤 奈津子 ※別紙参照		11:30
12:00		【WEB予約制26名】 【中温】HOT YOGA ～冷えむくみ～ 45 12:00-12:45 浅賀 麻実	12:00
12:30	【有料申し込み制 29名】 Group Fight 45 12:30-13:15 若井 美里&工藤 奈津子 ※別紙参照		12:30
13:00		【WEB予約制26名】 【中温】HOT YOGA ～ウェストシェイプ～ 45 13:00-13:45 浅賀 麻実	13:00
13:30	【WEB予約制30名】 エンジョイエアロ 45 13:30-14:15 平野 慶真		13:30
14:00			14:00
14:30	【WEB予約制30名】 トラディショナルヨーガ 30 14:30-15:00 小林 賀章	有料スクール	14:30
15:00		【定員制20名】	15:00
15:30		 【映像】 常温 Group Groove 60 15:10-16:10	15:30
16:00	キッズスクール ミライク 【キッズ】15:30-16:30		16:00
16:30			16:30
17:00	キッズスクール ミライク 【ジュニア】16:30-17:30		17:00
17:30			17:30
18:00	キッズスクール ミライク 【RUN】17:30-18:30	【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 18:15-18:45 美宅 玲子	18:00
18:30			18:30
19:00		【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 19:00-19:30 美宅 玲子	19:00
19:30			19:30
20:00	【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。		20:00