

10/13(祝・月) スタジオスケジュール【9/1版】

営業時間9 : 00~23 : 00		
	Active	HOT : for women
9:30		
10:00	【有料スクール登録者制】	
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
11:00		
11:30	【WEB予約制 30名】	
12:00	Group Groove 45 11:45-12:30 工藤 奈津子	【WEB予約制26名】 【中温】HOT YOGA ~冷えむくみ~ 45 12:00-12:45 浅賀 麻実
12:30		
13:00	【WEB予約制 30名】 Group Fight 30 12:45-13:15 工藤 奈津子	【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
13:30	【WEB予約制30名】 エンジョイエアロ 45 13:30-14:15 平野 慶真	
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
15:00		
15:30		
16:00	キッズスクール ミライク 【キッズ】15:30-16:30	
16:30		体験会 予定
17:00	キッズスクール ミライク 【ジュニア】16:30-17:30	
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
18:30		
19:00		【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 19:00-19:30 美宅 玲子
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>	