

2/23(祝・月) スタジオスケジュール【1/1版】

		営業時間9:00~20:00	
		8F:Active	7F : Reflet
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】	10:30
11:00		Reformer pilates waist 45 10:30-11:15 キャスト	11:00
11:30	【WEB予約制 30名】	【WEB予約制10名】	11:30
12:00	Group Groove 45 11:45-12:30 工藤 奈津子	Reformer pilates Total Basic 45 11:30-12:15 キャスト	12:00
12:30	【WEB予約制 30名】	【WEB予約制10名】	12:30
13:00	Group Fight 30 12:45-13:15 工藤 奈津子	Reformer pilates 体験会 12:45-13:30 キャスト	13:00
13:30	【WEB予約制30名】		13:30
14:00	エンジョイエアロ 45 13:30-14:15 平野 慶真	【WEB予約制10名】	14:00
14:30	【WEB予約制30名】 トラディショナルヨガ 30 14:30-15:00 小林 賀章	Reformer pilates Hip&Legs 45 14:15-15:00 角田 美月	14:30
15:00			15:00
15:30		【WEB予約制10名】	15:30
16:00	キッズスクール ミライク 【キッズ】15:30-16:30	Reformer pilates Total Basic 45 15:30-16:15 角田 美月	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】	18:00
18:30		HOT PILATES 30 18:15-18:45 美宅 玲子	18:30
19:00	【WEB予約制30名】 ZUMBA 30 19:00-19:30 倉持 七海	【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