

6/17(水) スタジオスケジュール

営業時間9:00~23:00

	8F:Active	7F:Reflet
9:30	【予約不要】※別紙参照	
10:00	クイックプログラム 9:50-10:05	【WEB予約制 26名】
10:30		【常温】トラディショナル・ヨーガ45 10:15-11:00 中波 美穂
11:00	ベビーミライクスクール 10:30-11:15	
11:30	【WEB予約制 30名】	【WEB予約制 12名】
12:00	GroupFight 30 11:45-12:15 辻村	Reformer Pilates Total Basic 45 11:30-12:15 中波 美穂 
12:30	【有料申込制 30名】	【WEB予約 12名】
13:00	ZUMBA 45 12:40-13:25 Yuriyan	Reformer Pilates Hip&Legs 45 12:30-13:15 松原 
13:30	※別紙参照	
14:00	【登録制】	【WEB予約制 26名】
14:30	ウォーキングサークル 14:00-14:30 辻村	Infinity flow 30 14:00-14:30 松原
15:00		【WEB予約制 26名】
15:30		【映像】Group Fight 30 14:45-15:15 
16:00	ストリートダンス チャイルド 15:30-16:30	空手スクール 【キッズ】 15:30-16:30
16:30		
17:00	ストリートダンス キッズ 16:30-17:30	空手スクール 【ジュニア】 16:30-17:30
17:30		
18:00	ストリートダンス ジュニア 17:30-18:30	アフタースクール 運動カリキュラム
18:30		
19:00	【WEB予約制 30名】	
19:30	フローピラティス 30 18:50-19:20 MARIKO	【WEB予約制 26名】
20:00	【WEB予約制 30名】	HOT PILATES 30 19:35-20:05 MARIKO
20:30	Group Power 30 20:00-20:30 佐藤	【WEB予約制 26名】
21:00	【WEB予約制 30名】	HOT YOGA~ウェストシェイプ~ 30 20:20-20:50 MARIKO
21:30	Group Fight 30 20:50-21:20 佐藤	
	オンラインLIVE 21:30-22:30 ※放映内容についてはウェブを参照	
	通常施設利用 22:50まで	