

6/21(日) スタジオスケジュール

営業時間9:00~20:00

		8F:Active	7F:Reflet		
9:30			【WEB予約制 26名】		9:30
10:00		キッズスクール ミライク 【ジュニア】8:00-9:00 【キッズ】9:00-10:00	【中温】ホットヨガ・ハーシック30 9:45-10:15 岩本		10:00
10:30		【キッズ】10:00-11:00	【WEB予約制 26名】		10:30
11:00			【中温】HOT YOGA ～ウェストシフト～45 10:30-11:15 岩本		11:00
11:30		【WEB予約制 14名】	【WEB予約制 20名】		11:30
12:00		【女性専用ビギナーズ】VOLT JUMP 30 11:30-12:00 キャスト	VOLT JUMP 30 11:30-12:00 キャスト		12:00
12:30		【WEB予約制 34名】	【WEB予約制 12名】		12:30
13:00		TOBIPPA 30 12:20-12:50 工藤	Reformer Pilates Hip&Legs 45 12:15-13:00 松村 絵葉		13:00
13:30			【WEB予約制 12名】		13:30
14:00		【有料申込制 29名】	Reformer Pilates Total Advance 45 13:15-14:00 松村 絵葉		14:00
14:30		Group Fight 60 13:55-14:55 照井・小坂			14:30
15:00		※別紙参照	【WEB予約制 26名】		15:00
15:30			HOT YOGA ～ウェストシフト～45 15:15-16:00 西内 やよい		15:30
16:00		キッズスクール ミライク 【キッズ】 15:30-16:30	【WEB予約制 26名】		16:00
16:30			HOT YOGA～骨盤～45 16:15-17:00 西内 やよい		16:30
17:00		キッズスクール ミライク 【ジュニア】 16:30-17:30	【WEB予約制 26名】		17:00
17:30			HOT YOGA～冷え・むくみ～45 17:15-18:00 西内 やよい		17:30
18:00		【WEB予約制 30名】			18:00
18:30		ZUMBA(45分クラス) 17:50-18:35 NOA			18:30
19:00		【定員制 20名】 【映像】			19:00
19:30		Group Fight 30 18:55-19:25			19:30
20:00					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。