

7/20(祝・月) スタジオスケジュール【7/9版】

営業時間9:00~20:00		
	8F:Active	7F:Reflet
9:30		
10:00		
10:30	【有料スクール登録者制】 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 Waist 45 10:30-11:15 鈴木
11:00		
11:30	【WEB予約制 30名】 Group Groove 45 11:45-12:30 工藤	【WEB予約制10名】 Reformer pilates Total Basic 45 11:30-12:15 鈴木
12:00		
12:30	【WEB予約制 30名】 Group Fight 30 12:45-13:15 工藤	
13:00		【WEB予約制26名】 【低温】Gaze美尻~マシマヒップ°~ 13:00-13:30 鈴木
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	※内容・時間変更
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	【WEB予約制26名】 【中温】ビューティー70-ヒ°ラティス45 14:30-15:15 MARIKO
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		
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26名】 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 千葉 英子 (代行)	【WEB予約制26名】 HOT PILATES 30 19:00-19:30 美宅 玲子
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。		