

6/23(火) 5周年スタジオスケジュール

営業時間9:00~23:00

	8F:Active	7F:Reflet
	【WEB予約制30名】	
9:30	やすらぎヨーガ 30 9:30-10:00 Natsumi	
10:00	【WEB予約制30名】	【映像】Group Fight 45 9:45-10:30 
10:30	トラディショナルヨーガ 30 10:15-10:45 Natsumi	
11:00	【有料スクール登録者制】	【有料事前申込制16名】
11:30	REBORNS FIT 11:15-12:15 ～ 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 仲間作りのためのスクール ～	【常温】有料スクール ハタヨーガスクール 11:15-12:00 Natsumi
12:00		【WEB予約制 26名】
12:30	【WEB予約制30名】	HOT YOGA ウェストシェイプ 30 12:15-12:45 Natsumi
13:00	ヴォーカリズム30 12:30-13:00 小須 亨	【WEB予約制 26名】
13:30	【WEB予約制30名】	【中温】 HOT YOGA 骨盤 45 13:00-13:45 やすおか ともこ
14:00	【WEB予約制30名】	【WEB予約制 26名】
14:30	ZUMBA (30分クラス) 14:00-14:30 Yuriyan	【中温】 ホットヨーガ・ベーシック 45 14:00-14:45 やすおか ともこ
15:00	【WEB予約制30名】	
15:30	ZUMBA (30分クラス) 14:45-15:15 Yuriyan	
16:00	キッズスクール ミライク 【キッズ】 15:30-16:30	
16:30		
17:00	チアダンススクール 【キッズ】 16:30-17:30	
17:30		
18:00	チアダンススクール 【ジュニア】 17:30-18:30	アフタースクール 運動カリキュラム使用
18:30		
19:00		【WEB予約制 26名】
19:30	【予約不要】※別紙参照	HOT PILATES 30 19:00-19:30 滝川 奈那
20:00	クイックプログラム 19:25-19:40	
20:30	【有料申込制 29名】※別紙参照	【WEB予約制 12名】
21:00	Group Fight 60 20:00-21:00 芦谷・辻村	Reformer Pilates Total Basic 45  20:00-20:45 滝川 奈那
21:30		【WEB予約制 12名】
		Reformer Pilates Hip&Legs 45  21:00-21:45 滝川 奈那
	通常施設利用 22:50まで	