

~Women Only~

	月		火		水		木		金		土		日	
	スタジオ	フリースペース	スタジオ	フリースペース	スタジオ	フリースペース	スタジオ	フリースペース	スタジオ	フリースペース	スタジオ	フリースペース	スタジオ	フリースペース
9:00														
9:30														
10:00														
10:30	[Web予約 16名]		[Web予約 21名]		[Web予約 21名]				[16名]					
11:00	10:30-11:15 Infinity flow RIE		10:30-11:15 トラディショナルヨーガ Noriko		10:30-11:15 ホットヨガ ウエストシェイブ MINA				10:30-11:00 健康サークル		10:15-11:15 ミライスクール ジュニア 榎谷尚之・神田理恵		10:15-11:15 ミライスクール ジュニア 神田理恵・杉田美沙	
11:30	[Web予約 8名]		[Web予約 21名]		[Web予約 21名]		毎月 第三水曜 11:00-12:00 ペピー体操スクール 神田理恵		[Web予約 21名]		[Web予約 14名]		[16名]	
12:00	11:30-12:15 Infinity Kick RIE	[5名]	11:30-12:15 ピラティス Noriko		11:35-12:20 ホットスタイルピラティス MINA				11:30-12:15 ホットヨガ ウエストシェイブ 桜木和美	[5名]	11:45-12:15 TOBIPPA SATSUMI	[5名]	11:45-12:15 ウォーキングサークル ランニングサークル	[16名]
12:30	[Web予約 14名]	12:00-12:10 ストレッチボール	[Web予約 21名]		[Web予約 16名]				[Web予約 21名]	[5名]	[Web予約 16名]			[5名]
13:00	12:40-13:10 TOBIPPA RIE		12:45-13:30 ZUMBA45 Yukky		12:45-13:30 Group Fight 45 TAKESHI				12:40-13:25 ホットヨガリセット 冷え・むくみ 桜木和美	13:00-13:10 コンディショニングボール	12:40-13:10 Infinity flow RIE		[Web予約 16名]	12:50-13:00 more beautiful ~Refa x Megalos~
13:30				[5名]		[5名]								
14:00			[Web予約 16名]						[Web予約 14名]					
14:30	14:00-15:00 REBORNS SCHOOL 神田理恵		14:00-14:45 Group Centery 45 NAOYUKI		14:00-15:00 REBORNS SCHOOL 塩野咲希				14:00-14:30 VOLTJUMP MISA					
15:00											[Web予約 21名]	[5名]		[5名]
15:30	15:15-16:00 アフタースクール スポーツがキョラム		15:15-16:15 ミライスクール キッズ 神田理恵		15:15-16:00 ミライスクール スポーツがキョラム		15:15-16:15 ミライスクール キッズ 塩野咲希		15:15-16:15 ミライスクール キッズ 榎谷尚之					
16:00											[Web予約 16名]			
16:30	16:00-17:00 ストリートダンス キッズ Kenya		16:15-17:00 アフタースクール スポーツがキョラム		16:00-17:00 ミライスクール キッズ 飯嶋雄		16:15-17:00 アフタースクール スポーツがキョラム		16:15-17:00 アフタースクール スポーツがキョラム		15:45-16:30 Infinity flow RIE		[Web予約 21名]	
17:00														
17:30	17:00-18:00 ストリートダンス Kenya		17:00-18:00 ミライスクール RUN 榎谷尚之		17:00-18:00 ミライスクール ジュニア 飯嶋雄		17:00-18:00 ミライスクール RUN 塩野咲希		17:00-18:00 ミライスクール ジュニア 榎谷尚之					
18:00														
18:30	[Web予約 16名]		[Web予約 14名]		[Web予約 16名]				[Web予約 16名]					
19:00	18:25-18:55 Infinity flow AKARI		18:25-18:55 YUI		18:25-18:55 ボールコンディショニング SAKI				18:25-18:55 Group Fight 30 MISA					
19:30	[Web予約 16名]		[Web予約 16名]		[Web予約 21名]				[Web予約 14名]					
20:00	19:15-19:45 Group Fight 30 TAKESHI	[5名]	19:20-19:50 Infinity flow MISA		19:20-19:50 ホットヨガ ウエストシェイブ 桜木和美				19:15-19:45 VOLTJUMP MISA	[5名]	19:30-19:40 ストレッチボール			
20:30	[Web予約 16名]	19:50-20:00 ウェープリング	[Web予約 16名]	[5名]	[Web予約 21名]				[Web予約 21名]					
21:00				20:00-20:10 GRID					20:05-20:50 ZUMBA45 Fusako					
21:30	[Web予約 14名]		[Web予約 16名]		[Web予約 14名]				[Web予約 9名]					
22:00	21:15-21:45 TOBIPPA RICO		21:00-21:45 Group fight 45 NAOYUKI		21:15-21:45 TOBIPPA SOUTA				21:15-21:35 Infinity Kick ZEN					
23:00														

★登録者限定★
サークル生募集中♪

★登録者限定★
サークル生募集中♪

【予約方法】
(スタジオプログラム)
①21日後の同時刻に終了するレッスンから順次予約受付となります。
②1度の予約可能枠は会員種別により異なります。
③レッスンの予約、キャンセルはWEBのみでの受付となります。
④レッスンの無断キャンセルはお控えいただくようお願い申し上げます。
※3回以上続いた場合、予約制限をさせていただきます。

【ショートプログラム】
実施場所：フリースペース
参加受付：レッスン開始5分前よりフリースペースにて先着順
定員：5名
その他：開始5分前から終了5分後はフリースペースはレッスンにて使用させていただきます。

マークはバスタオル マークはシューズが必要なレッスンです。
マークは入会後1年未満の方、優先レッスンです。

【確認事項】
○レッスン開始後の途中入退場はご連絡いただいております。
○スタジオ内で携帯電話のメールや通話を含むご利用はご連絡ください。
○スケジュールは改正時やイベントにより変更となる場合がございます。

受付時間：≪平日≫ 11:00~20:00
≪土・日・祝≫ 10:00~18:00