

2026.3/20(金祝)  
特別スケジュール ～Women Only～

	スタジオ	
9:00		9:00
9:30		9:30
10:00		10:00
10:30		10:30
11:00	10:30-11:00 健康サークル	11:00
11:30	【Web予約 21名】 11:30-12:15 ホットヨーガ ウエストシェイプ 桜木和美	11:30
12:00		12:00
12:30	【Web予約 21名】 12:40-13:25 ホットヨーガリセット 冷え・むくみ 桜木和美	12:30
13:00		13:00
13:30	【Web予約 16名】	13:30
14:00	13:50-14:35 VOLTJUMP MISA	14:00
14:30		14:30
15:00		15:00
15:30	15:15-16:15 ミライクスクール キッズ	15:30
16:00		16:00
16:30	16:15-17:00 くずはモール キッズプロジェクト 体操教室	16:30
17:00		17:00
17:30	17:00-18:00 ミライクスクール ジュニア	17:30
18:00		18:00
18:30	【定員 16名】 18:25-18:55 Group Fight NAOYUKI	18:30
19:00	【Web予約 16名】 19:15-19:45 Group Centergy NAOYUKI	19:00
19:30		19:30
20:00		20:00
20:30		20:30
21:00		21:00



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。