

# 2025年11月24日(月)

祝日営業の為、  
通常月曜日とスケジュールが異なります。  
お間違いのないようお越しください。お待ちしております。

|       |                                                                   |       |
|-------|-------------------------------------------------------------------|-------|
|       | 営業開始 7 : 00                                                       |       |
| 7:00  |                                                                   | 7:00  |
| 7:30  | 【定員21名】<br>ポールコンディショニング<br>7:30~8:10<br>Karin                     | 7:30  |
| 8:00  |                                                                   | 8:00  |
| 8:30  | 【定員22名】<br>Gaze~美尻~<br>8:45~9:30<br>Karin                         | 8:30  |
| 9:00  |                                                                   | 9:00  |
| 9:30  |                                                                   | 9:30  |
| 10:00 | 【定員12名】<br>Hip&Legs<br>10:00~10:45<br>Karin                       | 10:00 |
| 10:30 |                                                                   | 10:30 |
| 11:00 | 【定員12名】<br>Back&Arms<br>11:15~12:00<br>Mayumi                     | 11:00 |
| 11:30 |                                                                   | 11:30 |
| 12:00 |                                                                   | 12:00 |
| 12:30 | 【定員13名】<br>AntiGravity®<br>Fundamentals1<br>12:35~13:35<br>Hana   | 12:30 |
| 13:00 |                                                                   | 13:00 |
| 13:30 |                                                                   | 13:30 |
| 14:00 | 【定員16名】<br>AntiGravity®<br>RestorativeYoga<br>14:10~15:10<br>Hana | 14:00 |
| 14:30 |                                                                   | 14:30 |
| 15:00 |                                                                   | 15:00 |
| 15:30 | 【定員22名】<br>infinity flow<br>15:40~16:25<br>Mayumi                 | 15:30 |
| 16:00 |                                                                   | 16:00 |
| 16:30 |                                                                   | 16:30 |
| 17:00 | 【定員12名】<br>イントリニティ<br>17:00~18:00<br>Mayumi                       | 17:00 |
| 17:30 |                                                                   | 17:30 |
| 18:00 |                                                                   | 18:00 |
| 19:00 | 営業終了 19 : 00                                                      | 19:00 |