

# 2026年1月3日（土）

## 短縮営業

### スタジオ・ルフレプログラム

	スタジオA	スタジオB	ルフレスタジオ						
9:30	■マシンジム 9：30 OPEN			9:30					
10:00	【定員 26名】	【定員制 60名】 9:55-10:40 ZUMBA® (45分クラス) 木村 真由美	【定員 8名】	10:00					
10:30				10:30					
11:00		11:00-11:45 【VR】 Group Centergy		11：05-11：50 マシンピラティス Waist45 Ami	11:00				
11:30	【定員 26名】	【定員制 50名】	【定員 8名】	11:30					
12:00	12:00-12:45 【VR】 Group Groove			12：25-13：10 マシンピラティス Total Basic45 Ami	12:00				
12:30	【定員 26名】			12:40-13:25 ビューティーフローピラティス 45 石河 知可子	12:30				
13:00	13:00-13:45 【VR】 Group Blast	【定員制 50名】	【定員 12名】	13:00					
13:30	【定員 26名】			13:45-14:15 バーニングエアロ30 石河 知可子	13:30				
14:00	14:00-14:45 【VR】 Group Fight			【定員制 40名】	14:00				
14:30	【定員 26名】	14:30-15:15 バーニングステップ45 石河 知可子	【定員 12名】	14:30					
15:00		【定員制 50名】		16:30-17:15 ホットヨーガリセット 冷え・むくみ45 房枝	15:00				
15:30					【定員 12名】	15:30			
16:00						16:00			
16:30						16:30			
17:00						17:00			
17:30						17:30			
18:00						18：00-18：45 ホットヨーガ ベーシック45 房枝	18:00		
18:30						【定員制 50名】	【定員 12名】	18:30	
19:00								19：15-20：00 Group Fight 45 RYUJI	19:00
19:30								19：15-20：00 Group Groove 45 RYUJI	19:30
20:00						20:00			
21:00	【営業時間 9:30～21:00】 通常会員【マシンジム：20:50 CLOSE/施設：20:50 CLOSE】  24時間会員様は21:00以降マシンジムエリアのみ利用可能。			21:00					