

2025年4月29日（火・祝）

特別スケジュール

	スタジオA	ホットスタジオ	
7:30			7:30
8:00	祝日の為、【映像】クラス休講		8:00
9:30			9:30
10:00	【定員制:30名】 10:00～10:45		10:00
10:30	トラディショナルヨーガ45 中波美穂	【定員制:20名】 10:20～10:50 ホットヨーガ・ベーシック30 田中真紀	10:30
11:00	【定員制:30名】 11:15～12:00	【定員制:20名】 11:15～11:45	11:00
11:30	ヴォーカリズム45 片山貴子	ホットヨーガ・パワーベーシック30 中波美穂	11:30
12:00		【定員制:20名】 12:05～12:35	12:00
12:30	予約不要【定員30名】 12:20～12:40 かんたんストレッチ20 ひさし	ホットヨーガ・リセット腰痛30 中波美穂	12:30
13:00	【定員制:30名】 13:00～13:30		13:00
13:30	パーニングエアロ30 高木愛澄	【定員制:20名】 13:35～14:20	13:30
14:00	【定員制:30名】 13:45～14:25	ホットスタイルピラティス45 遠藤孝子	14:00
14:30	エンジョイエアロ40 高木愛澄		14:30
15:00			15:00
15:30			15:30
16:00			16:00
16:30			16:30
17:00			17:00
17:30	祝日の為、18:00以降のクラスはございません。 ※各スクールの実施につきましてはスクールカレンダーをご確認をお願い致します。		17:30
18:00			18:00
19:00			19:00
20:00			20:00
通常営業終了 23 : 30 ※セキュリティーカードをお持ちの方は、マシンジムを24時間ご利用いただけます。			