

2025年7月21日（月・祝）

特別スケジュール

	スタジオA	ホットスタジオ	
7:30	祝日の為、【映像】クラス休講		7:30
8:00			8:00
9:30			9:30
10:00	【定員制:30名】	【定員制:20名】	10:00
10:30	10:00~10:40 エンジョイエアロ40 玉木陽	10:10~10:40 ホットヨーガ・ベーシック30 相坂しのぶ	10:30
11:00	【定員制:30名】	【定員制:20名】	11:00
11:30	10:55~11:25 Group Groove 30 玉木陽	11:15~12:00 ピラティス45 相坂しのぶ	11:30
12:00	【定員制:30名】		12:00
12:30	11:40~12:10 Group Fight 30 玉木陽	【定員制:20名】	12:30
13:00	【定員制:30名】	12:45~13:15 ホットヨーガ・ベーシック30 齋藤こず恵	13:00
13:30	12:25~12:55 カーディオダンス30 松本優花		13:30
14:00	【定員制:20名】	【定員制:20名】	14:00
14:30	13:10~13:40 歌ってmove 30 今野晴夫	※女性専用※14:00~14:30 ホットヨーガ・パワーアドバンス30 齋藤こず恵	14:30
15:00	【登録者限定スクール】	予約不要【定員20名】※常温	15:00
15:30	13:55~14:55 REBONES Fit スクール 今野晴夫	15:05~15:25 かんたんストレッチ20 ひさし	15:30
16:00	【定員制:30名】		16:00
16:30	15:10~15:55 ZUMBA(45分クラス) 小松真太郎		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。			