

4/29 (火) 営業時間 9:00~20:00

特別営業 スケジュール

	ホットスタジオ	スタジオ	
8:00			<p>営業時間：≪平日≫9：00～22：30 ≪土・日・祝≫8：00～20：00</p> <p>休館日：毎週木曜日・年末年始・夏期休館日</p> <p>【確認事項】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・レッスン開始後の途中入退場はご遠慮いただいております。 ・スタジオ内で携帯電話のメールや通話を含むご利用はご遠慮ください。 ・スケジュールは改正時やイベントにより変更となる場合がございます。 <p> : バスタオルが必要なレッスンです。</p> <p> : 滑り止め付靴下が必要なレッスンです。</p> <p>詳細はプログラム詳細をご覧ください</p>
8:30			
9:00	<p>■定員 21名</p> <p>9：00-9：45 ホットヨガ・アドバンス45 YUMI </p>		
9:30			
10:00	<p>■定員 21名</p> <p>10：15-11：00 ホットヨガ・リセット45 肩こり YUMI </p>	<p>■定員 10名</p> <p>10：00-10：45 Reformer Pilates ~Total Basic~ MARIE </p>	
10:30			
11:00		<p>■定員 10名</p> <p>11：15-12：00 Reformer Pilates ~Lower Body~ MARIE </p>	
11:30	<p>■定員 21名</p> <p>11：30-12：15 Gaze45~美尻~ マシュマロヒップ AYUMI </p>		
12:00			
12:30	<p>■定員 21名</p> <p>12：45-13：30 Gaze45~美胸~ AYUMI </p>	<p>■定員 13名</p> <p>12：45-13：30 VOLTBOX45 MARIE</p>	
13:00			
13:30			
14:00	<p>■定員 17名</p> <p>14：10-14：55 VOLTDRUM45 NANAMI </p>	<p>■定員 18名</p> <p>14：00-14：50 ボディデザインピラティス 50 TOMOMI</p>	
14:30			
15:00			
15:30	<p>■定員 18名</p> <p>15：30-16：15 Surf Exercise 45 ~Balance~ TOMOMI</p>		
16:00			
16:30	<p>■定員 21名</p> <p>16：45-17：30 ホットスタイルピラティス45 TOMOMI </p>	<p>16：15-17：15 キッズミライクスクール 【3歳~小1】</p>	
17:00			
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			