

2/11(水) 営業時間 8:00~20:00

祝日特別スケジュール

	ホットスタジオ	スタジオ	
8:00			
8:30			
9:00			
9:30	■定員 21名 9:30-10:15 Gaze 45～美尻～ マシュマロヒップ MARIE 		
10:00			
10:30	■定員 21名 10:40-11:25 Gaze 45 ～美脚～ NANAMI 	■定員 14名 10:30-11:30 AntiGravity®60 Open Chie 	【確認事項】 ・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。
11:00			
11:30			
12:00	■定員 21名 12:00-12:40 ポールコンディショニング40 MISAKI	■定員 10名 12:15-13:00 Reformer Pilates ～Total Basic～ MARIE 	 : バスタオルが必要なレッスンです。  : シューズが必要なレッスンです。
12:30			
13:00			
13:30	■定員 21名 13:30-14:15 ホットスタイル ピラティス 45 TOMOMI 	■定員 10名 13:20-14:05 Reformer Pilates ～Hip & Legs～ MARIE 	 : 慣れてきた方が受けて頂ける レッスンとなります。
14:00			
14:30	■定員 18名 14:45-15:30 Surf Exercise 45 ～Balance～ TOMOMI	■定員 18名 14:45-15:15 TOBIPPA CHIEMI 	詳細はプログラム詳細をご覧ください
15:00			
15:30			
16:00	■定員 21名 16:00-16:45 ホットヨーガ・リセット45 肩こり YUMI	■定員 16名 15:45-16:30 Group Fight 45 NANAMI 	
16:30			
17:00			
17:30	■定員 21名 17:30-18:15 ホットヨーガ・ベーシック45 YUMI	■定員 12名 17:00-18:00 AntiGravity®60 RestrativeYoga CHIEMI	
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			

2/23(月) 営業時間 8:00~20:00

祝日特別スケジュール

	ホットスタジオ	スタジオ	
8:00			
8:30			
9:00			
9:30		■定員 14名	
10:00	■定員 21名 10:00-10:45 ホットヨガ・ベーシック 45 Yurino	9:30-10:30 AntiGravity®60 Fundamentals 2 Kazu	営業時間 : «平日»9:00~22:30 «土・日・祝»8:00~20:00 休館日 : 毎週木曜日、年末年始、 夏期休館日
10:30			STEP!
11:00	■定員 21名 11:10-11:55 ホットヨガ・アドバンス 45 Yurino	■定員 12名 11:00-12:00 AntiGravity®60 RestorativeYoga Kazu	【確認事項】 ・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。
11:30			
12:00			
12:30	■定員 18名 12:30-13:15 Surf Exercise 45 ~Balance~ TOMOMI	■定員 16名 12:40-13:25 Group Fight 45 MARIE	
13:00			
13:30	■定員 21名 13:45-14:30 ホットスタイル ピラティス 45 TOMOMI	■定員 17名 14:00-14:45 Group Groove 45 Chiem	
14:00			
14:30			
15:00	■定員 21名 15:15-16:00 Gaze 45 ~くびれ~ CHIEMI	キッズ体育スクール ミライク	詳細はプログラム詳細をご覧ください
15:30			
16:00			
16:30	■定員 18名 16:30-17:15 infinity flow MISAKI	■定員 10名 17:00-17:30 Reformer active MARIE	
17:00			
17:30		■定員 10名 17:50-18:35 Reformer Pilates ~Hip&Legs~ MARIE	
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			