















5/4(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			<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> : シューズ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> : 慣れてきた方が受けて頂けるレッスンとなります。</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</p> <p>ホットヨガ・ベーシック</p> <p>45</p> <p>YUMI </p>	<p>■定員 14名</p> <p>9：00-10：00</p> <p>AntiGravity®60</p> <p>Aerial Yoga</p> <p>Kazu </p>	
9:30			
10:00			
10:30	<p>■定員 21名</p> <p>10：15-11：00</p> <p>ホットヨガ・リセット45</p> <p>ウエストシェイプ</p> <p>YUMI </p>	<p>■定員 10名</p> <p>10：30-11：15</p> <p>Reformer Pilates</p> <p>~Total Basic~</p> <p>HINA </p>	
11:00			
11:30			
12:00	<p>■定員 21名</p> <p>11：45-12：30</p> <p>Gaze45~美尻~</p> <p>MARIE </p>	<p>■定員 10名</p> <p>11：35-11：20</p> <p>Reformer Pilates</p> <p>~Hip & Legs~</p> <p>YUI </p>	
12:30			
13:00			
13:30	<p>■定員 10名</p> <p>13：15-14：00</p> <p>ストレッチーズ</p> <p>CHIEMI</p>	<p>■定員 17名</p> <p>13：00-13：45</p> <p>Group Centergy</p> <p>45</p> <p>HONOKA</p>	
14:00	<p>常温クラス↑</p>		
14:30	<p>■定員 21名</p> <p>14：30-15：10</p> <p>ポールコンディショニング40</p> <p>HONOKA</p>	<p>■定員 15名</p> <p>14：30-15：00</p> <p>TOBIPPA</p> <p>CHIEMI </p>	
15:00			
15:30			
16:00	<p>■定員 18名</p> <p>15：45-16：30</p> <p>infinity flow</p> <p>HAZUKI </p>	<p>15：30-16：30</p> <p>キッズミライクスクール</p> <p>【3歳~小1】</p>	
16:30			
17:00	<p>■定員 21名</p> <p>17：00-17：45</p> <p>ホットヨガ・ベーシック</p> <p>45</p> <p>HAZUKI </p>	<p>■定員 16名</p> <p>17：10-17：55</p> <p>Group Fight45</p> <p>MARIE </p>	
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			

5/5 (火) 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			<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> : シューズ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 18名</p> <p>9:15-10:05 ボディデザインピラティス 50 TOMOMI</p>	
9:30	<p>■定員 21名</p> <p>9:30-10:15 Gaze45~美尻~ マシュマロヒップ AYUMI </p>		
10:00			
10:30		<p>■定員 15名</p> <p>10:30-11:15 VOLTJUMP AKO </p>	
11:00	<p>■定員 21名</p> <p>10:45-11:45 ホットスタイルピラティス 45 TOMOMI </p>		
11:30			
12:00	<p>■定員 21名</p> <p>12:00-12:45 ホットヨーガ・ベーシック 45 MINA </p>	<p>11:45-12:30 Reformer Pilates ~Total basic~ HAZUKI </p>	
12:30			
13:00		<p>■定員 10名</p> <p>11:45-12:30 Reformer Pilates ~Total basic~ HAZUKI </p>	
13:30	<p>■定員 21名</p> <p>13:15-14:00 Gaze45~肩甲骨美人~ CHIEMI </p>	<p>■定員 17名</p> <p>13:10-13:55 ZUMBA MINA </p>	
14:00			
14:30	<p>■定員 18名</p> <p>14:30-15:10 ポールコンディショニング40 HONOKA </p>	<p>■定員 12名</p> <p>14:30-15:30 AntiGravity®60 RestrativeYoga CHIEMI</p>	
15:00			
15:30	<p>■定員 21名</p> <p>15:45-16:30 ホットヨーガ・リセット45 骨盤 YUMI </p>		
16:00			
16:30		<p>16:15-17:15 キッズミライクスクール 【3歳~小1】</p>	
17:00	<p>■定員 21名</p> <p>17:00-17:45 ホットヨーガ・リセット45 肩こり YUMI </p>		
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			

5/6(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	■定員 18名 9:00-9:45 infinity flow CHIEMI 	■定員 14名 9:00-10:00 AntiGravity®60 Suspension Fitness Chie 	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 【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。  : 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。  : 滑り止め付靴下が必要な レッスンです。  : 慣れてきた方が受けて頂ける レッスンとなります。 詳細はプログラム詳細をご覧ください
9:30			
10:00	■定員 21名 10:15-11:00 ホットヨーガ・ベーシック 45 YUMI 	■定員 14名 10:20-11:20 AntiGravity®60 Fundamentals1 Chie	
10:30			
11:00	■定員 21名 11:30-12:15 ホットヨーガ・アドバンス45 YUMI 	■定員 17名 11:45-12:30 Group Groove 45 CHIEMI 	
11:30			
12:00	■定員 21名 12:45-13:30 Gaze45~美脚~ MARIE 	■定員 10名 13:00-13:45 Reformer Pilates ~Total basic~ HIMARI 	
12:30			
13:00	■定員 21名 14:00-14:45 Gaze45~くびれ~ CHIEMI 	■定員 16名 14:15-15:00 Group Fight 45 MARIE 	
13:30			
14:00	■定員 17名 15:15-16:00 VOLTDRUM 45 NANAMI 	★整理券 14名 15:20-15:50 ウェーブストレッチ	
14:30			
15:00			
15:30			
16:00		■定員 17名 16:30-17:15 Group Centergy NANAMI	
16:30			
17:00			
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			