

5/2(土)-5/6(水)ゴールデンウィーク ルフレプログラム

	5/2(土)	5/3(日)	5/4(月)	5/5(火)	5/6(水)	
	Refle Studio	Refle Studio	Refle Studio	Refle Studio	Refle Studio	
9:00	営業開始 9:00					9:00
9:30	【定員 6名】 9:30-10:15 マシピラティス Total Basic45 加藤 さき子	【定員制 11名】 9:45-10:30 ホットヨーガ・ベーシック45 mina				9:30
10:00						10:00
10:30					【定員制 11名】	10:30
11:00	【定員 6名】 11:00-11:45 マシピラティス Total Basic45 飯島 あかね	【定員制 11名】 11:00-11:45 ホットヨーガ・ベーシック45 mina	【定員制 6名】 11:00-11:45 マシピラティス Hip & Legs45 上野 友里絵		10:45-11:30 ホットヨーガ・ベーシック 川谷 幸子	11:00
11:30					【定員制 11名】	11:30
12:00	【定員 6名】 12:15-13:00 マシピラティス Hip & Legs45 松下 姫夏				11:45-12:30 ホットヨーガ・ベーシック 川谷 幸子	12:00
12:30				【定員制 6名】 12:30-13:15 マシピラティス Hip & Legs45 齋藤 香蓮		12:30
13:00						13:00
13:30						13:30
14:00						14:00
14:30						14:30
15:00		【定員制 6名】 15:15-16:00 マシピラティス Total Basic45 佐藤 真緒				15:00
15:30						15:30
16:00	【定員 11名】 16:00-16:45 ホットヨーガ・ベーシック45 岩本 律子				【定員制 5名】 VOLTBOX 16:00-16:20 氏川 周哉	16:00
16:30		【定員制 6名】 16:30-17:15 マシピラティス Waist45 佐藤 真緒		【定員制 10名】 TOBIPPA 16:15-16:45 齋藤 香蓮 【Bスタジオ】	【Bスタジオ】	16:30
17:00						17:00
17:30	【定員 11名】					17:30
18:00	17:45-18:30 ホットヨーガ・ベーシック45 田丸 めぐみ					18:00
18:30						18:30
19:00	【定員 11名】 19:00-19:45 ホットヨーガ・ベーシック45 田丸 めぐみ					19:00
19:30						19:30
20:00	マシジム・プール利用時間は 19:50 まで 施設閉館時間 20:00					20:00
20:30						20:30
21:00						21:00
21:30						21:30
22:00	マシジム・プール利用時間は 21:50 まで 施設閉館時間 22:00 ※24会員は除く					22:00