

9月15日（月・祝） 祝日スタジオスケジュール

	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	
9:30				9:30
10:00				10:00
10:30	■定員制【45名】		◆有料会員制◆	10:30
11:00	太極拳 10:25-11:10 河原佳久	■定員制【45名】 エンジョイエアロ 10:40-11:10 松原恵子	ホットヨーガ・ ベーシック 10:30-11:15 山角菜穂子	11:00
11:30	■女性限定 定員制【45名】 Gaze美尻マシュマロヒップ 11:30-12:00 高橋裕美	■定員制【40名】 エンジョイステップ 11:30-12:00 松原恵子		11:30
12:00	■定員制【45名】	■定員制【45名】	◆有料会員制◆ 【中温】	12:00
12:30	ヴォーカリズム 12:15-13:00 清水薫	Group Centergy 12:20-13:05 高橋裕美	ホットヨーガ・ ウエストシェイプ 12:15-13:00 山角菜穂子	12:30
13:00				13:00
13:30	シニア向け有料スクール REBORNS ATHLETE 13:15-14:15 宮崎くるみ	■定員制【45名】		13:30
14:00		Group Fight 13:50-14:20 縄井颯太		14:00
14:30	■定員制【45名】 ストレッチ14:30-15:00 吉國佳介			14:30
15:00				15:00
15:30	【映像】 Group Fight 15:15-15:45			15:30
16:00				16:00
16:30		ミライク スクール (キッズクラス) 16:00-17:00		16:30
17:00				17:00
17:30		ミライク スクール (ジュニアクラス) 17:00-18:00		17:30
18:00			◆有料会員制◆	18:00
18:30		●初めての方でも 安心してご参加できるレッスン	ホットヨーガ・ ベーシック 18:15-19:15 房枝 (祝日の為1時間早くなります)	18:30
19:00		●バーチャル【映像】レッスン		19:00
19:30		●有料ホットヨーガ		19:30
20:00				20:00
24時間会員様以外の方のマシジムご利用時間は20:10まで				

20:30

最終退館時間は20:20となります

20:30