

# 1月12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	ルフレ	
9:30				9:30
10:00	■定員制【45名】	■定員制【45名】	◆有料会員制【8名】◆	10:00
10:30	太極拳 10:25-11:10 河原佳久	エンジョイエアロ 10:25-11:05 松原恵子	ホットヨガ・ベーシック 10:30-11:15 山角菜穂子	10:30
11:00		■定員制【45名】		11:00
11:30	■女性限定 定員制【40名】  Gaze美尻マシュマロヒップ 11:30-12:00 高橋裕美	エンジョイステップ 11:30-12:00 松原恵子	◆有料会員制【5名】◆  Gaze美尻マシュマロヒップ 11:30-12:00 高橋裕美	11:30
12:00	■定員制【45名】	■定員制【45名】	◆有料会員制【8名】◆ 【中温】 ホットヨガ・ウエストシェイプ 11:45-12:30 山角菜穂子	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		12:30
13:00	●有料スクール●		◆有料会員制【6名】◆	13:00
13:30	シニア向け有料スクール REBORNS SCHOOL 13:15-14:15 キャスト	■定員制【45名】	Reformer Pilates Total Basic 13:30-14:45 桜井 美里	13:30
14:00		Group Fight 13:50-14:20 繩井颯太		14:00
14:30	【映像】 Group Groove 14:30-15:00		◆有料会員制【6名】◆	14:30
15:00			Reformer Pilates Total Basic 14:45-15:30 桜井 美里	15:00
15:30	【映像】 Group Fight 15:15-15:45			15:30
16:00		ミライク スクール (キッズクラス) 16:00-17:00		16:00
16:30	◆有料レッスン【定員34名】  TOBIPPA30+30 継田奈央×九島克成×荒井妙子 16:30-17:00、17:10-17:40			16:30
17:00		ミライク スクール (ジュニアクラス) 17:00-18:00		17:00
17:30				17:30
18:00			◆有料会員制【定員8名】◆	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		ホットヨガ・ ベーシック 18:15-19:15 房枝	18:30
19:00	●バーチャル【映像】レッスン		(祝日の為1時間早くなります)	19:00
19:30	●有料レッスン		以降レッスンは祝日プログラムのため実施はございません。 予めご了承をお願い致します。	19:30
20:00	24時間会員様以外の方のマシンジムご利用時間は20:10まで 最終退館時間は20:20となります			20:00
20:30				20:30