

# Time Line For Studio , Gym

## 2025年1月3日 (金) 特別営業プログラム △

	スタジオA	スタジオB	
<b>10:30</b>	<b>【LIVEレッスン 定員:30名】</b>	<b>12月13日(金) 各レッスン開始時間</b> より予約開始いたします。	<b>10:30</b>
<b>11:00</b>	10:30~11:30 【映像】 Group Centergy		<b>11:00</b>
<b>11:30</b>		<b>【WEB予約 定員:25名】</b>	<b>11:30</b>
<b>12:00</b>		11:45~12:15 正月太り解消トレーニング 青井 心二	<b>12:00</b>
<b>12:30</b>		<b>【WEB予約 定員:25名】</b>	<b>12:30</b>
<b>13:00</b>	<b>【LIVEレッスン 定員:30名】</b>	12:30~13:00 腰すっきりストレッチ 青井 心二	<b>13:00</b>
<b>13:30</b>	13:00~14:00 【映像】 Group Fight		<b>13:30</b>
<b>14:00</b>		<b>【WEB予約:定員25名】</b>	<b>14:00</b>
<b>14:30</b>		14:15~14:45 おなかすっきりトレーニング 青木 美優	<b>14:30</b>
<b>15:00</b>	<b>【LIVEレッスン 定員:30名】</b>	<b>【WEB予約:定員25名】</b>	<b>15:00</b>
<b>15:30</b>	15:00~16:00 【映像】 Group Fight	15:05~15:35 ストレッチ(ピラティス) 青木 美優	<b>15:30</b>
<b>16:00</b>	<b>【LIVEレッスン 定員:30名】</b>		<b>16:00</b>
<b>16:30</b>	16:15~17:15 【映像】 Group Centergy		<b>16:30</b>
<b>17:00</b>			<b>17:00</b>
<b>17:30</b>			<b>17:30</b>
<b>20:00</b>	・色のついているクラスは初めての方でも安心してご参加できるクラスです。 <b>【マシンジム：19:50 CLOSE】</b> <b>【通常利用：20:00 CLOSE】</b>		<b>20:00</b>