

Time Line For Studio , Gym

# 2026年4月29日 (水・祝) 祝日プログラム

|       | スタジオA  | スタジオB                               | ピラティスブース                                     |       |
|-------|--|-------------------------------------|--|-------|
| 10:00 |  |                                     |  | 10:00 |
| 10:30 | <b>【WEB予約 定員:30名】</b>  |                                     |  | 10:30 |
| 11:00 | 10:25~11:10<br>トラディショナルヨーガ45<br>山岸 厚子  |                                     | <b>【事前予約】</b>                                | 11:00 |
| 11:30 | <b>【WEB予約 定員:30名】</b>  | <b>【WEB予約 定員:45名】</b>               | 11:00~11:50<br>ピラティス パーソナル体験<br>¥ 3,850 (税込) | 11:30 |
| 12:00 | 11:30~12:15<br>ボディデザインピラティス45<br>山岸 厚子   | 11:30~12:15<br>リトモス45<br>中尾 桂子      |  | 12:00 |
| 12:30 | <b>【WEB予約 定員:35名】</b>  | <b>【WEB予約 定員:40名】</b>               |  | 12:30 |
| 13:00 | 12:30~13:15<br>Group Groove45<br>高井 彩奈   | 12:30~13:15<br>トラディショナルヨーガ45<br>AUM | <b>【事前予約】</b>                                | 13:00 |
| 13:30 |  |                                     | 13:00~13:50<br>ピラティス パーソナル体験<br>¥ 3,850 (税込) | 13:30 |
| 14:00 | <b>【WEB予約 定員:30名】</b>  |                                     |  | 14:00 |
| 14:30 | 14:00~14:30<br>Group Centergy30<br>有我 京子   |                                     |  | 14:30 |
| 15:00 | <b>【WEB予約 定員:30名】</b>  |                                     | <b>【事前予約】</b>                                | 15:00 |
| 15:30 | 14:50~15:20<br>ポールコンディショニング30<br>有我 京子   |                                     | 15:00~15:50<br>ピラティス パーソナル体験<br>¥ 3,850 (税込) | 15:30 |
| 16:00 |  | キッズスクール体験会                          |  | 16:00 |
| 16:30 | <b>【予約不要 定員:20名】</b>   |                                     |  | 16:30 |
| 17:00 | 16:30~17:30<br>映像<br>Group Blast60   |                                     | <b>【事前予約】</b>                                | 17:00 |
| 17:30 |  |                                     | 17:00~17:50<br>ピラティス パーソナル体験<br>¥ 3,850 (税込) | 17:30 |
| 18:00 | <b>【予約不要 定員:35名】</b>   |                                     |  | 18:00 |
| 18:30 | 18:00~19:00<br>映像<br>Group Fight60   |                                     |  | 18:30 |
| 19:00 |  |                                     |  | 19:00 |
| 19:30 |  |                                     |  | 19:30 |
| 20:00 | ・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。<br><b>【マシンジム : 19:50 CLOSE】</b><br><b>【通常利用 : 20:00 CLOSE】</b> |                                     |  | 20:00 |