

☆スタジオ祝日プログラム☆

5月5日(日) こどもの日

	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
10:00			
11:00	初中級エアロ 10:15~11:15 中村	ほぐしヨガ 10:25~11:10 櫛田	
12:00	LES MILLS BODYBALANCE 60 11:30~12:30 そら	(美&楽)ピラックス骨盤 11:30~12:15 藤江	クラブボクシング 13:05~13:20 有料
13:00	LES MILLS BODYPUMP 60 12:45~13:45 渡辺 WEB	ポールストレッチ 12:45~13:30 藤江	
14:00	LES MILLS BODYATTACK 60 14:00~15:00 YUMA WEB		K-POP 13:45~14:45 IZU
15:00	LES MILLS BODYCOMBAT 60 15:15~16:15 藤江・小林 WEB	JAZZ HIPHOP 15:00~16:00 サチコ	
16:00			
17:00	ZUMBA 16:30~17:15 サチコ	初級エアロ 16:30~17:15 遠藤(靖)	
18:00	マルチステップ (初中級) 17:35~18:35 遠藤(靖) 定員20名	ポールストレッチ 17:35~18:05 サチコ	
19:00	お1人でステップ台を2台使用します。 祝日のステップ特別レッスンです♪		

★祝日 営業時間★

営業時間 10:00~21:00 (フロント営業時間19:00まで)
 (スポーツゾーン終了は20:00です。予めご了承くださいませ。)