

祝日プログラム  
2022年10月10日(月)  
24時間営業(スタッフ常駐時間 9:00~22:00)

スタジオ	
9:15	【定員 25名】
9:30	
9:45	筋膜ポールストレッチ
10:00	田村◆
10:15	9:30~10:30
10:30	
10:45	【定員 50名】
11:00	やさしいエアロ
11:15	田村◆
11:30	10:50~11:35
11:45	【定員 40名】
12:00	
12:15	リラックスヨガ
12:30	佐久間
12:45	11:55~12:55
13:00	
13:15	【定員 50名】
13:30	リトモス60
13:45	MAYUMI
14:00	13:15~14:15
14:15	
14:30	【定員 40名】
14:45	ストレッチヨガ
15:00	MAYUMI
15:15	14:35~15:35
15:30	
15:45	
16:00	
16:15	
16:30	
16:45	
17:00	
17:15	
17:30	
17:45	
18:00	
18:15	
18:30	
18:45	【定員 50名】
19:00	GROUP-FIGHT45
19:15	赤尾
19:30	19:00~19:45
19:45	
20:00	【定員 50名】
20:15	GROUP-GROOVE45
20:30	岡本
20:45	20:05~20:50
21:00	
21:15	
21:30	
21:45	
22:00	