






10月10日(月)のスタジオプログラム案内

祝日も24時間営業、スタッフ常駐時間は9:00～22:00となります。
スタジオプログラムは、下記の通りとなりますので、ご理解の程宜しくお願い致します。

		月曜日	
		Aスタジオ【定員60名】	Bスタジオ【定員25名】
9:30			<p>祝日プログラムの為、 Bスタジオは休講になります。</p> <p>予めご了承下さい。</p>
9:45		おはようエアロ 高垣 9:30～10:00	
10:00			
10:15			
10:30		10:15～11:00 らくらくラテンエアロ 高垣	
10:45			
11:00			
11:15			
11:30			
11:45	定員30名		
12:00			
12:15		GROUP-POWER45 加納 12:00～12:45	
12:30			
12:45			
13:00			
13:15			
13:30			
13:45		ストレッチヨガ 橋本 13:30～14:15	
14:00			
14:15			
14:30			
14:45			
15:00			
15:15			
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			
19:00			
19:15			
19:30		GROUP-CENTERGY45 堀江 19:15～20:00	
19:45			
20:00			
20:15			
20:30			
20:45		GROUP-GROOVE45 加納 20:30～21:15	
21:00			
21:15			
21:30			
21:45			