

2024.8/10(土)～2024.8/16(金) Studio Program Schedule

祝日・お盆も**24時間営業**ですが、スタッフ常駐時間は**9:00～17:00**までとなります。
尚、スタジオプログラムにも一部変更がございます。下記の内容をご確認下さいませ。

	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日
	土曜日	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9:00							
9:15							
9:30							9:15～10:00 タイ式 ヨガルーシーダットン 鈴木
9:45	9:30～10:30 'Jトモス MAYUMI	9:30～10:15 バラエティーレッスン	9:30～10:00 おはようエアロ 高垣	9:30～10:00 初級エアロ MAYUMI	9:30～10:00 おはようエアロ 高垣	9:45～10:30 らくらくエアロ 浦野◆	
10:00							
10:15							
10:30			10:15～11:00 らくらくラテンエアロ 高垣	10:15～11:15 'Jトモス MAYUMI	10:15～11:00 らくらくラテンエアロ 高垣		10:15～11:00 ZUMBA 森本
10:45	10:45～11:30 GROUP-CENTERGY45 HISAKO	10:30～11:15 バラエティーレッスン				10:45～11:45 ピラティス 浦野◆	
11:00							
11:15							
11:30							
11:45							
12:00							
12:15							
12:30							
12:45							
13:00							
13:15							
13:30							
13:45		13:30～14:00 ヨガ入門 HISAMI					
14:00							
14:15	14:00～14:45 GROUP-POWER45 加納	14:15～15:15 ハタヨガ HISAMI	14:00～14:45 ストレッチヨガ 橋本	14:00～14:45 腸&リンパ 美人エクササイズ 森本	14:15～15:15 GROUP-CENTERGY60 HISAKO	14:00～15:00 わかりやすいHIPHOP 伊藤	14:00～15:00 やさしいハタヨガ HISAKO
14:30							
14:45							
15:00							
15:15	15:00～15:45 GROUP-GROOVE45 加納		15:00～15:45 ビューティーパールヴィス 橋本	15:00～15:45 らくらくエアロ 森本			
15:30							
15:45							
16:00							
16:15							

定員30名