

祝日プログラム
2024年11月4日(月)
24時間営業(スタッフ常駐時間 9:00~17:00)

	スタジオ
9:15	
9:30	
9:45	9:30~10:00 おはようエアロ 高垣
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	
12:00	
12:15	
12:30	12:00~13:00 スタッフ不在時間
12:45	
13:00	
13:15	
13:30	
13:45	13:30~14:15 ストレッチヨガ 橋本
14:00	
14:15	
14:30	
14:45	14:30~15:15 ビューティーパールヴィス 橋本
15:00	
15:15	
15:30	
15:45	
16:00	
16:15	
16:30	
16:45	
17:00	
17:15	
17:30	

祝日プログラム
2024年11月23日(土)
24時間営業(スタッフ常駐時間 9:00~17:00)

	スタジオ
9:15	
9:30	
9:45	
10:00	9:30~10:30 リトモス MAYUMI
10:15	
10:30	
10:45	
11:00	10:45~11:30 GROUP-CENTERGY45 HISAKO
11:15	
11:30	
11:45	
12:00	
12:15	
12:30	12:00~13:00 スタッフ不在時間
12:45	
13:00	
13:15	
13:30	
13:45	
14:00	
14:15	14:00~14:45 GROUP-POWER45 加納
14:30	
14:45	
15:00	
15:15	15:00~15:45 GROUP-GROOVE45 加納
15:30	
15:45	
16:00	
16:15	
16:30	
16:45	
17:00	
17:15	
17:30	