

特別プログラム  
2025年7月29日（火）  
24時間営業  
(スタッフ常駐時間 9：00～12：00 14：00～17：00)

	スタジオ
9:15	
9:30	
9:45	9：30～10：00 おはようエアロ 辻◆
10:00	
10:15	
10:30	10：15～11：15 ZUMBA60 辻◆
10:45	
11:00	
11:15	
11:30	
11:45	11：30～12：30 ピラティス MAYUMI
12:00	
12:15	
12:30	
12:45	
13:00	12：45～13：45 セルフメンテナンス 森本
13:15	
13:30	
13:45	
14:00	
14:15	14：00～14：45 腸&リンパ美人エクササイズ 森本
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	