

お盆営業日【8月10日(土)~8月16日(金)】スタジオプログラム

スタッフ常駐時間【9:00~17:00】

	8月10日(土)	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	8月16日(金)
9:15	リラックスヨガ Sachiko 9:15~10:15	あさヨガ Ryoma◆ 9:15~9:45	ピラティス 浦野◆ 9:15~10:15	らくらくエアロ 中谷 9:45~10:30	あさヨガ Yurina 9:30~10:15	CHOREOLOGY FUKU 10:00~11:00	あさヨガ 高垣 9:15~9:45
9:30							
10:00	ZUMBA Hiromi 10:30~11:15	リラックスヨガ Ryoma◆ 10:00~10:45	CHOREOLOGY FUKU 10:30~11:30	バランスコーディネーション 岡本 10:45~11:45	ツボヨガ Yurina 10:30~11:30	SALSATION FUKU 11:15~12:15	らくらくラテン エアロ 高垣 10:00~10:45
10:15							
11:00	リトモス MAYUMI 11:30~12:30	やさしいエアロ 古賀 11:00~11:45	美脚ヨガ 高垣 11:45~12:30	ヨガ 岡本 12:00~13:00	らくらくエアロ 田村◆ 11:45~12:30	リトモス MAYUMI 13:45~14:30	太極拳 星山 11:00~12:00
11:15							
12:00	かんたんステップ 谷 14:00~14:45	GROUP CENTERGY45 HISAKO 13:00~13:45	卓球教室 野末 14:30~15:30	ピラティス MAYUMI 14:45~15:30			
12:15							
13:00	やさしいエアロ 谷 15:00~15:45						
13:15							
14:00							
15:00							
16:00							
16:15							
16:30							