








# 2月12日(月)祝日特別スケジュール

・特別スケジュールに伴い、プログラムに変更がございます  
 最終退館時間は22:00までとなります。  
 ・レッスンのご予約は、1月29日から予約開始となります。

		月曜日 (MON)					
		Healing Hot	Active		Bike		
9:00						9:00	
10:00	9:30~10:30 朝の デトックスヨガ 郷 36°C		10:00~10:45 Group Power ASUKA・田原哲也		9:30~10:00 LES MILLS RPM	10:00	
11:00	10:50~11:40 ホット リラクゼーション 郷 36°C		11:00~11:45 Group Centergy MINAMI・ASUKA		11:10~11:40 LES MILLS sprint	11:00	
12:00	12:00~12:50 顔のヨガ IKU 36°C		12:05~12:50 Group Groove MINAMI・小島なつ美			12:00	
13:00	13:10~14:00 アロマ リラックスヨガ 高屋敷美樹 33°C		13:10~13:55 Group Blast 長谷川春果・小島なつ美		13:00~13:30 LES MILLS RPM	13:00	
14:00	14:20~15:10 フロースタイル ヨガ 高屋敷美樹 33°C		14:10~14:55 Group Fight 長谷川春果		14:15~14:45 LES MILLS sprint	14:00	
15:00						15:00	
16:00	<b>MOSSA Special Day!!!!</b>			アクティブスタジオは、MOSSAジョイントレッスンを実施!! 各インストラクターの個性のぶつかり合い!!いつもと違う 空間をお楽しみください!!			16:00
	Asuka	田原哲也	MINAMI	長谷川春果	小島なつ美	KUNI	時元颯将
17:00							
18:00						17:40~18:10 LES MILLS RPM	18:00
19:00	18:30~19:20 リラックスヨガ さやか 36°C		18:20~19:05 UBOUND® 江口真依子				19:00
20:00	19:40~20:30 お腹ひきしめヨガ さやか 30°C		19:25~20:10 Group Power KUNI・時元颯将		19:10~19:40 LES MILLS sprint	20:00	
21:00			20:25~21:10 Group Fight KUNI		20:15~20:45 LES MILLS RPM	21:00	
22:00						22:00	