

2月23日(金)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。

| | Healing Hot | Active | Bike | |
|-------|--|---------------------------------------|-----------------------------------|-------|
| 9:00 | | | | 9:00 |
| 10:00 | 9:30~10:20 アロマビューティー デトックスヨガ ERI 36℃ | | 10:00~10:30 LESMILLS RPM | 10:00 |
| 11:00 | | 10:15~11:00 Group Centergy SHIN | | 11:00 |
| 12:00 | 11:00~11:50 リトリートヨガ 山下綿実 33℃ | 11:20~12:05 Group Fight SHIN | | 12:00 |
| 13:00 | 12:10~13:00 ヴィンヤサヨガ 山下綿実 30℃ | 12:25~13:10 Group Blast 長谷川春果 | 12:10~12:40 LESMILLS sprint | 13:00 |
| 14:00 | 13:30~14:20 リラックスヨガ Asami 33℃ | 13:30~14:15 ポールストレッチ 赤塚千晶 | 13:20~13:50 LESMILLS RPM | 14:00 |
| 15:00 | 14:40~15:30 骨盤を整えるヨガ Asami 33℃ | | | 15:00 |
| 16:00 | | | | 16:00 |
| 17:00 | | | | 17:00 |
| 18:00 | 18:00~18:50 月礼拝 郷 33℃ | | 18:15~18:45 LESMILLS RPM | 18:00 |
| 19:00 | 19:00~20:00 血行促進ヨガ しずか 33℃ | 19:00~20:00 Group Power ASUKA | 19:40~20:10 LESMILLS sprint | 19:00 |
| 20:00 | 20:20~21:10 アロマリラックスヨガ しずか 36℃ | 20:20~21:05 Group Fight ASUKA | | 20:00 |
| 21:00 | | | | 21:00 |
| 22:00 | | | | 22:00 |