4月29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、4月15日から予約開始となります。

月曜日（MON）

Healing　Hot	Active	Bike
9:30～10:30 朝の デトックスヨガ 郷 36℃	10:00～10:45 LesMills BODYCOMBAT 相子七海	9:20～9:50 LesMills sprint
10:50～11:40 ホット リラクゼーション 郷 36℃	11:00～11:45 LesMills BODYATTACK 五十嵐翼	11:10～11:40 LesMills RPM 相子七海
12:00～12:50 顔のヨガ IKU 36℃	12:00～12:45 LesMills BODYBALANCE 五十嵐翼	
13:10～14:00 美脚美尻ヨガ IKU 33℃	13:00～14:00 LesMills BODYPUMP 菊池優花	13:00～13:30 LesMills sprint
14:20～15:10 リラックスヨガ ～シンキングボウル～ MASAKI 33℃	14:20～15:20 LesMills BODYJAM 菊池優花	
祝日限定特別レッスン *15:30～16:45* ピラティスウエストデトックス Ikuko ※有料レッスン 30℃　定員20名		17:40～18:10 LesMills RPM
18:30～19:20 肩こり改善ヨガ さやか 36℃	18:20～19:05 UBOUND® 江口真依子	19:10～19:40 LesMills sprint
19:40～20:30 お腹ひきしめヨガ さやか 30℃	19:25～20:10 Group Power KUNI	20:15～20:45 LesMills RPM
	20:25～21:10 Group Fight KUNI	

9:00　10:00　11:00　12:00　13:00　14:00　15:00　16:00　17:00　18:00　19:00　20:00　21:00　22:00