

4月29日(火)祝日スケジュール

- ・ 祝日営業に伴い、プログラム時間に変更がございます。
- ・ ご予約は、4/15 (火) より開始になります。

	Healing Hot Studio	Active Studio	Pilates
9:00			
10:00	9:45~10:35 骨盤を整えるヨガ Asami 30℃	10:00~11:00 Group Power SHIN	10 : 00~10 : 45 Hip&Legs Mai
11:00	10:55~11:45 アロマリラックスヨガ Asami 30℃	11:20~12:20 Group Centergy SHIN	11:00~11:45 ピラティスフロー初級 Mai
12:00	12:20~13:10 デトックスヨガ 緒方よう 33℃	12:40~13:20 Booty Power 赤塚千晶&富永怜子	12:15~13:00 Jumpboard Mai
13:00	13:30~14:20 ストレッチヨガ 緒方よう 36℃	13:40~14:10 3D30 Junpei	13:15~14:00 ピラティスフロー初級 YUKO
14:00		14:50~15:50 Group Fight Junpei	14:15~15:00 Hip&Legs YUKO
15:00			
16:00			
17:00		17:10~18:10 Group Power 田原哲也	
18:00			
19:00	18:30~19:20 癒しのヨガ MIKU 33℃	18:30~19:30 Group Blast 小島なつ美&田原哲也	18:30~19:15 ピラティスフロー初級 高屋敷美樹
20:00	19:40~20:30 フローヨガ MIKU 33℃	19:50~20:50 Group Groove 小島なつ美	19:30~20:15 Abdominal 高屋敷美樹
21:00			20:30~21:15 Arm&Back 高屋敷美樹
22:00			