

5月3日(日)特別スケジュール

- ・特別スケジュールに伴い、プログラム時間に変更がございます。
- ・ご予約は、4/19(日)より開始になります。

	Healing Hot Studio	Active Studio	Pilates
9:00			
10:00	9:30~10:30 整&陰ヨガ Ryoko 36℃	10:00~10:45 UBOUND® RITO	9:45~10:30 Hip&Legs Elika
11:00	10:50~11:40 やさしいヴィンヤサヨガ Ryoko 33℃	11:30~12:30 BODYBALANCE 菊池優花	10:45~11:30 ピラティスフロー初級 Elika
12:00	12:00~12:50 リラックスヨガ non 36℃	12:50~13:50 BODYJAM 菊池優花	12:00~12:45 Stretch&Balance Elika
13:00	13:10~14:00 骨盤を整えるヨガ non 33℃	14:10~15:10 BODYATTACK #うっちー	13:15~14:00 ピラティスフロー初級 Kyoko
14:00	14:20~15:10 むくみ解消ヨガ NAoKO 33℃	15:25~16:40 Original Free Style Dance OH!NA	14:15~15:00 Abdominal Kyoko
15:00	15:30~16:20 ボディメイクヨガ NAoKO 33℃	17:00~18:00 Group Power MATSU・勝木真教・古川隼	15:30~16:15 ピラティスフロー初級 Kyoko
16:00	16:40~17:30 フローヨガ 平子華菜 33℃	18:20~18:50 3D30 MATSU・古川隼・岩村隆之介	16:45~17:30 Hip&Legs Kyoko
17:00	17:50~18:40 アロマリラックスヨガ 平子華菜 33℃	19:10~20:10 Group Fight 赤塚千晶・勝木真教	
18:00			
19:00			
20:00			
21:00			
22:00			