



店舗情報	
■営業時間	月曜日～木曜日 9:30～23:30 土曜日 9:30～21:00 日曜日 9:30～19:00
■休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始

2018/1

★前月からの変更箇所

Gaze45  
～美脚～ グラマラスレッグ

Gaze45  
～美尻～ マシュマロヒップ

WOMAN'S STUDIO ACTY Base

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		土曜日		日曜日	
	ACTYスタジオ	ホットスタジオ	ACTYスタジオ	ホットスタジオ	ACTYスタジオ	ホットスタジオ	ACTYスタジオ	ホットスタジオ	ACTYスタジオ	ホットスタジオ	ACTYスタジオ	ホットスタジオ
	チェックイン 9:30											
9:30												
10:00	フリー利用 (ストレッチ等)		【定員10名】 VOLTRIDER 10:30-11:00		【定員15名】 VOLTBOX 10:45-11:30				【定員10名】 VOLTRIDER 10:00-10:30		【定員15名】 VOLTBOX 9:45-10:30	
10:30												
11:00		【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ45 11:15-12:00 房枝		【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ60 11:15-12:15 EMI		【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ60 11:20-12:20 中波美穂						ホットヨーガ・ ビューティシェイプ60 10:30-11:30 岩本律子
11:30							有料スクール ヨーガ75 11:15-12:30 加藤聖子		【定員8名】 サーキット20 11:30-11:50			
12:00			【定員10名】 VOLTRIDER 12:00-12:30		【定員8名】 サーキット20 12:00-12:20							
12:30	【定員8名】 サーキット20 12:25-12:45									【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ60 12:30-13:30 田中真紀	【定員15名】 VOLTBOX 12:30-13:15	
13:00	【定員15名】 Gaze45 ～美脚～ グラマラスレッグ 13:00-13:45				【定員15名】 VOLTBOX 13:00-13:45			【定員8名】 サーキット20 13:00-13:20	【定員10名】 ホットスタイル ピラティス45 12:50-13:35 RAN	【定員10名】 VOLTRIDER 13:00-13:30		
13:30		【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ60 13:30-14:30 房枝										
14:00										【定員15名】 Gaze45 ～美尻～ マシュマロヒップ 14:00-14:45		
14:30						【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ45 14:00-15:00 天木裕次郎		フリー利用 (ストレッチ等)				【定員10名】
15:00		【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ60 15:15-16:15 岩本律子									【定員15名】 VOLTBOX 15:00-15:45	【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ60 14:45-15:45 町田千登勢
15:30	【定員10名】 VOLTRIDER 15:30-16:00		フリー利用 (ストレッチ等)									
16:00												
16:30								【定員15名】 VOLTBOX 16:30-17:15		フリー利用 (ストレッチ等)	【定員8名】 サーキット20 16:15-16:35	
17:00											【定員15名】 Gaze45 ～美脚～ グラマラスレッグ 17:00-17:45	
17:30	フリー利用 (ストレッチ等)											
18:00									【定員10名】 VOLTRIDER 18:00-18:30			
18:30			★【定員8名】 サーキット20 18:40-19:00		【定員8名】 サーキット20 18:30-18:50							フリー利用 (ストレッチ等)
19:00	【定員15名】 Gaze45 ～美尻～ マシュマロヒップ 19:00-19:45	【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ60 19:15-20:15 加藤園子	【定員15名】 Gaze45 ～美脚～ グラマラスレッグ 19:35-20:20	【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ45 19:45-20:30 岸川ゆき	【定員15名】 VOLTBOX 19:10-19:55	【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ45 19:15-20:00 加藤園子		【定員15名】 VOLTBOX 18:45-19:30	【定員10名】 HIIT cycle 15 19:00-19:15			
19:30												
20:00	【定員10名】 VOLTRIDER 20:00-20:30				【定員15名】 Gaze45 ～美脚～ グラマラスレッグ 20:10-20:55	【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ60 20:30-21:30 加藤園子		【定員15名】 VOLTBOX 20:00-20:45				
20:30			【定員10名】 HIIT cycle 15 20:35-20:50									
21:00	【定員8名】 サーキット20 20:45-21:05			【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ45 21:00-21:45 岸川ゆき	【定員15名】 VOLTBOX 21:05-21:50			【定員10名】 サーキット20 21:10-21:30				
21:30	【定員10名】 VOLTRIDER 21:45-22:15	【定員10名】 ホットヨーガ・ ビューティシェイプ45 21:20-22:05 KURISU	【定員10名】 VOLTRIDER 21:30-22:00									チェックアウト 19:00
22:00												
22:30												
23:00												
23:30												

※サーキット20 / HIIT cycle15はレッスン消化対象外です

チェックアウト 21:00

チェックアウト23:30

※スケジュールは改定時やイベントにより変更となる場合がございます