



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

2018/5

★ 前月からの変更箇所

Gaze45
～美脚～ グラマラスレグ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											【定員15名】 VOLTBOX 9:45-10:30		
10:30	フリー利用 (ストレッチ等)		【定員8名】 サーキット20 10:40-11:00		【定員10名】 VOLTRIDER 10:45-11:15								
11:00			【定員15名】	【定員10名】		【定員10名】			【定員10名】 VOLTRIDER 11:00-11:30			ホットヨガ・ ビューティシェイプ60 10:30-11:30 岩本律子	
11:30		【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ60 11:30-12:30 房枝	VOLTBOX 11:15-12:00	ホットヨガ・ ビューティシェイプ60 11:15-12:15 EMI	【定員8名】 サーキット20 11:30-11:50	【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ60 11:20-12:20 中波美穂	有料スクール ヨガ75 11:15-12:30 加藤聖子	【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ45 11:35-12:20 玉城大志	【定員8名】 サーキット20 11:45-12:05				
12:00	【定員8名】 サーキット20 11:55-12:15										【定員10名】		
12:30	【定員10名】 VOLTRIDER 12:30-13:00										【定員10名】 ホットヨガ・ 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10名】 ホットスタイル ピラティス45 13:00-13:45 前田博俊	【定員15名】 VOLTBOX 13:00-13:45				【定員8名】 サーキット20 12:45-13:05	【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15名】 VOLTBOX 13:20-14:05				
14:00						【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ45 14:00-14:45 天木裕次郎					【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】	
15:00		【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ60 15:15-16:15 岩本律子	フリー利用 (ストレッチ等)								【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ45 15:10-15:55 中波美穂	【定員15名】 VOLTBOX 15:00-15:45	【定員10名】 ホットヨガ・ パワーシェイプ60 14:45-15:45 町田千登勢
15:30													
16:00	フリー利用 (ストレッチ等)										フリー利用 (ストレッチ等)		
16:30											【定員15名】 Gaze45 ～美脚～ グラマラスレグ 16:15-17:00		
17:00													
17:30											【定員8名】 サーキット20 17:15-17:35		
18:00													
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					【定員10名】 VOLTRIDER 18:00-18:30		フリー利用 (ストレッチ等)	
19:00					【定員15名】	【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ45 19:15-20:00 加藤園子	【定員8名】 サーキット20 18:55-19:15	【定員15名】	【定員10名】				
19:30	【定員8名】 サーキット20 19:25-19:45	【定員10名】 ホットヨガ・ 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～ グラマラスレグ 19:45-20:30	【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ45 19:45-20:30 岸川ゆき	VOLTBOX 19:10-19:55			【定員15名】 VOLTBOX 19:30-20:15	【定員10名】 ホットヨガ・ パワーシェイプ60 19:30-20:30 KURISU				
20:00	【定員10名】 VOLTRIDER 20:00-20:30				【定員15名】 Gaze45 ～美脚～ グラマラスレグ 20:10-20:55								
20:30			【定員8名】 サーキット20 20:55-21:15	【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ45 21:00-21:45 岸川ゆき	【定員15名】	【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ60 20:30-21:30 加藤園子	【定員10名】 VOLTRIDER 20:45-21:15	【定員10名】					
21:00	【定員15名】 VOLTBOX 21:00-21:45	【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ45 21:20-22:05 KURISU	【定員10名】 VOLTRIDER 21:30-22:00		【定員15名】 VOLTBOX 21:05-21:50				【定員10名】 ホットヨガ・ ビューティシェイプ60 21:00-22:00 KURISU				
21:30													
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 19:00

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