

2020年11月3日 (火・祝) 文化の日

	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート(Bコート)	プール
7:30		【映像レッスン：定員30名】 VR BODYCOMBAT 7:30~8:00		
8:00		【映像レッスン：定員30名】 VR BODYBALANCE 8:15~8:45		
8:30				
9:00	営業開始 9:00 (24時間&ナイトモーニング会員は除く)			
10:00	【web予約：定員45名】	【映像レッスン：定員30名】 VR REBORNS 9:35~9:45	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 10px; background-color: #d4edda;"> スカッシュコートフリー利用 ご予約はマシンジムカウン ターにて承っております。 </div>	アクアプログラムは別途プログラムをご覧ください。
10:30	ヒーリングアロマヨガ 10:10~10:40 きよみ	夕七アンタムレ 10:05~10:35 清水 奈美恵		
11:00	【web予約：定員50名】 Group Fight 11:00~11:30 山口 明里	【映像レッスン：定員30名】 VR BODYBALANCE 11:00~11:30		
11:30	【web予約：定員50名】	【映像レッスン：定員30名】 VR VOLT HIP 11:50~12:00		
12:00	エンジョイ エアロ 11:50~12:20 秋山 拓実			
12:30	【web予約：定員50名】 ZUMBA 12:40~13:10 秋山 拓実	【web予約：定員30名】 パワーヨガ 12:30~13:00 田中 江里香		
13:00		【web予約：定員30名】 トラディショナルヨガ 13:25~13:55 田中 江里香		
13:30	【web予約：定員50名】 アドバンスエアロ 13:40~14:10 秋山 美由紀	【web予約：定員30名】 太極拳 14:20~14:50 畑 明子		
14:00	【web予約：定員45名】 アドバンスステップ 14:30~15:00 秋山 美由紀	【映像レッスン：定員30名】 VR VOLT CORE 15:10~15:20		
14:30		【映像レッスン：定員30名】 VR 下半身引き締めヨガ 15:35~16:05		
15:00	【有料レッスン】 オリジナルステップ 15:15~15:45 秋山 美由紀			
15:30	キッズチアリーディング キッズクラス 16:00~16:50 週1回 ¥ 6,500税別 週2回 ¥ 10,000税別	ミライク キッズクラス 16:30~17:30 週1回 ¥ 6,500税別 週2回 ¥ 10,000税別		
16:00	キッズチアリーディング ジュニアクラス 17:00~18:00 週1回 ¥ 6,500税別 週2回 ¥ 10,000税別	ミライク ジュニアクラス 17:30~18:30 週1回 ¥ 6,500税別 週2回 ¥ 10,000税別		
16:30	キッズチアリーディング 育成クラス 18:00~19:00 週1回 ¥ 6,500税別 週2回 ¥ 10,000税別	【映像レッスン：定員30名】 VR BODYBALANCE 18:40~19:10		
17:00				
17:30				
18:00				
18:30				
19:00				
19:30				
20:00	マシンジム・プール利用時間 19:50まで 館内退出時間 20:00まで (24時間会員&ナイトモーニング会員は、マシンジムの夜間利用可能)			
20:30		【映像レッスン：定員30名】 VR BODYCOMBAT 20:30~21:00		
21:00				
21:30		【映像レッスン：定員30名】 VR BODYBALANCE 21:30~22:00		
22:00				