

# 5月3日(金・祝)特別スケジュール

	2階スタジオA	3階スタジオB	ホットヨーガ	プール	
9:00					9:00
9:30	<b>レギュラー会員様 利用可能時間 9:30～</b>				9:30
10:00	【定員制 50名】 9:50-10:20 ZUMBA 小山江里子	【定員制 30名】			10:00
10:30	【定員制 50名】 10:35-11:05 ZUMBA 小山江里子	10:15-11:00 トラディショナルヨーガ MISAKI			10:30
11:00	【定員制 50名】 11:20-12:05 アドバンスエアロ (中上級クラス) 小山江里子			【定員 48名】 10:55-11:25 アクアダンス30 田中ひとみ	11:00
11:30				【定員 48名】 11:35-12:05 アクアシェイプ30 田中ひとみ	11:30
12:00	【定員制 50名】 12:20-12:50 WORKOUT-hitsong 中村圭吾	【予約不要 先着35名】 12:00-12:45 GroupFight (映像レッスン)			12:00
12:30					12:30
13:00	【定員制 43名】 13:10-13:40 ウェーブストレッチ30 山川航平	【予約不要 先着35名】 13:00-13:45 GroupGroove (映像レッスン)			13:00
13:30					13:30
14:00	【定員制 50名】 14:00-14:45 ZUMBA 李瑚	【定員制 30名】 14:10-14:55 トラディショナルヨーガ 林浩子		14:00-14:30 スイムトレーニング30 キャスト	14:00
14:30					14:30
15:00	【定員制 40名】 15:00-15:30 コアストレッチ 李瑚		【ホットヨーガ会員様以外も参加可】 15:00-15:30 パールビクストレッチVol.2		15:00
15:30			【ホットヨーガ会員様以外も参加可】		15:30
16:00	15:50-16:50 ミライスクール キッズ (3歳～小学1年生) 無料体験会		15:50-16:20 美脚ヨガ		16:00
16:30			【ホットヨーガ会員様以外も参加可】 16:40-17:10 腰周りのストレスを軽減するストレッチ		16:30
17:00					17:00
17:30	17:05-18:05 ミライスクール ジュニア (年長～小学3年生) 無料体験会				17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30	<b>■マシンジム/プール 19:50 CLOSE</b>				19:30
20:00	<b>レギュラー会員 24レギュラー会員 チェックアウト20:00</b>				20:00