



# 2024年3月20日（水・祝） 特別スタジオスケジュール

	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	
9:30				9:30
10:00	■定員制【45名】			10:00
10:30	太極拳 10:15-11:00 鈴木純子		◆有料会員制◆ デトックス ワークアウト 10:30-11:15 丹憲一	10:30
11:00	■女性限定 定員制【45名】			11:00
11:30	infinity flow 11:15-11:45 大嶋めぐみ		 <p>開催日 2024年3月20日（水・祝） 会 場 海の森水上競技場特設コース（約1.3km） 3時間リレーマラソンのスタート予定時刻 12:30～</p> 	11:30
12:00	■女性限定 定員制【45名】	■定員制【40名】		12:00
12:30	infinity flow 12:05-12:20大嶋めぐみ	Group Power 12:00-12:45 荒井妙子		12:30
13:00	【映像】Group Centergy 12:40-12:55			13:00
13:30	◆予約不要◆ REBORNS Start 13:10-13:25			13:30
14:00	●有料スクール●			14:00
14:30	シニア向け有料スクール REBORNS SCHOOL 13:40-14:40	■定員制【45名】		14:30
15:00	【映像】 Group Groove 14:55-15:25	ヴォーカリズム 14:30-15:00 小須亨		15:00
15:30				15:30
16:00				16:00
16:30	ミライクダンス スクール (キッズクラス) 16:00-17:00	ミライク スクール (キッズクラス) 16:00-17:00	16:30	
17:00			17:00	
17:30		ミライク スクール (キッズクラス) 17:00-18:00	17:30	
18:00			◆有料会員制◆	18:00
18:30			ホットヨーガ・ ベーシック 18:15-19:15 吉見涼子 ※祝日のため1時間早くなります	18:30
19:00		●初めての方でも 安心してご参加できるレッスン		19:00
19:30		●バーチャル【映像】レッスン		19:30
20:00		●有料ホットヨーガ		20:00
20:30	<b>24時間会員様以外の方のマシジムご利用時間は20:10まで 最終退館時間は20:20となります</b>			20:30