

Time Line For Studio , Gym

2020年11月23日 (月・祝)
スタジオプログラム

	スタジオA	スタジオB	テニスコート
10:00	■マシンジム・プール 10:00 OPEN		
10:30	【フィットネスシアター 定員:20名】	【WEB予約:定員22名】 10:30~11:00 エンジョイエアロ 八重樫 ゆかり	10:30
11:00	10:45~11:15 おなか引き締めヨガ		11:00
11:30	【フィットネスシアター 定員:20名】	【WEB予約:定員22名】 11:25~11:55 ZUMBA(30分クラス) 八重樫 ゆかり	11:30
12:00	11:30~12:00 骨盤調整ヨガ		12:00
12:30	【フィットネスシアター 定員:20名】 12:15~12:45 LesMIILS BODYCOMBAT ~30Mins~	【WEB予約:定員22名】 12:15~12:45 REBORNS FUN30 キャスト	12:30
13:00	【WEB予約:定員20名】	【WEB予約:定員22名】	13:00
13:30	13:15~13:45 Group Centergy 30 有我 京子	13:10~13:40 バーニングエアロ 高木 愛澄	13:30
14:00	【フィットネスシアター 定員:20名】	【WEB予約:定員22名】	14:00
14:30	14:15~14:45 LesMIILS SH'BAM ~30Mins~	14:10~14:40 DanSing 高木 愛澄	14:30
15:00	【 有料スクール 】		15:00
15:30	15:10~16:10 フラダンススクール60 Natsuno		15:30
16:00	【 有料スクール 】	【 有料スクール 】	16:00
16:30	16:20~17:20 キッズバレエ デビュー 鍋嶋 聡子	16:20~17:20 キッズアスリート U-9 (小学1年生~3年生)	16:30
17:00		【 有料スクール 】	17:00
17:30	17:20~18:20 キッズバレエ ビギナー 鍋嶋 聡子	17:30~18:30 キッズアスリート U-12 (小学3年生~6年生)	17:30
18:00			18:00
18:30	18:25~19:25 キッズバレエ ジュニア 鍋嶋 聡子		18:30
19:00			19:00
19:30	・色のついているクラスは初めての方でも安心してご参加できるクラスです。		
20:00	【マシンジム:19:50 CLOSE】 【通常利用:20:00 CLOSE】		