

祝日 特別タイムテーブル

2022/8/11(木)(祝)

8月11日(木)		10:00~19:00
Aスタジオ		
時間	レッスン内容	担当
10:45~11:30	フィットネスパワーヨガ	片桐
11:45~12:30	ゆったりハタヨガ	片桐
12:45~13:30	UBOUND	徳岡
13:45~14:30	チャレンジW	本村

※全レッスン開始30分前に整理券を配布いたします。

Bスタジオ		
時間	レッスン内容	担当
10:30~10:45	STRETCHING	RV
11:00~11:30	RADICAL AERO	RV
12:00~12:30	FIGHT DO	RV
13:00~13:30	RADICAL YOGA	RV

特別タイムテーブル

2022/8/12(金)

8月12日(金)		10:00~22:30
Aスタジオ		
時間	レッスン内容	担当
10:30~11:10	かんたんステップ	徳岡
11:30~12:15	ゆったりハタヨガ	塩尻
12:30~13:00	ウェーブリングストレッチ	塩尻
13:15~13:45	メイクボディ	大森
14:00~14:45	UBOUND	大森
19:30~20:15	FIGHT DO	祖開
20:30~21:15	X55	祖開

※全レッスン開始30分前に整理券を配布いたします。

Bスタジオ		
時間	レッスン内容	担当
10:30~11:00	OXIGENO	RV
11:30~12:15	MEGADANZ	RV
12:30~13:00	LATINDANZ <<NEW>>	RV
13:30~14:00	AERO	RV
14:30~15:00	STEP	RV
19:30~20:00	YOGA	RV
20:30~21:00	ELEVEN	RV

特別タイムテーブル

2022/8/19(金)

8月19日(金)		10:00~22:30
Aスタジオ		
時間	レッスン内容	担当
10:30~11:10	かんたんステップ	徳岡
11:30~12:15	はじめてパワーヨガ	片桐
12:30~13:00	ゆったりハタヨガ	片桐
13:15~14:00	ZUMBA	内菌
14:15~15:00	美姿勢エクササイズ	内菌
19:30~20:15	FIGHT DO	川島
20:30~21:15	MEGADANZ	川島

※全レッスン開始30分前に整理券を配布いたします。

Bスタジオ		
時間	レッスン内容	担当
10:30~11:00	OXIGENO	RV
11:30~12:15	MEGADANZ	RV
12:30~13:00	LATINDANZ <<NEW>>	RV
13:30~14:00	AERO	RV
14:30~15:00	STEP	RV
19:30~20:00	YOGA	RV
20:30~21:15	X55	RV