

2023年9月23日 祝日プログラム

土曜日

	スタジオA	スタジオB	オープンエリア
10:00	10:30~11:15 STRONGNation 原田	11:00~11:15 STRETCHING	
11:00	11:30~12:00 MEGADANZ 川島	11:30~12:00 OXIGENO	
12:00	12:15~13:00 フィットネスパワーヨガ 片桐	12:20~13:05 リバティダンス 谷向	
13:00	13:15~13:45 ゆったりハタヨガ 片桐		
14:00	14:00~15:15 9周年イベント FIGHT DO スペシャルレッスン 祖開・西川・川島・田澤		
15:00		15:00~15:45 セルフコンディショニング 佐々木	→当日はスタジオB で実施の為、 定員18名となります。 予めご了承の程 よろしく お願い致します。
16:00	16:00~16:45 リラックスヨガ 田澤	16:00~16:45 バレトンスタンディングフロー 佐々木	

★当日は、祝日の為19時までの営業となっております。

→は、レギュラープログラムより変更のある箇所です。