

2月

Enjoy Studio Program

Mon.	Tue.	Wed.	Thurs.	Fri.	Sat.	Sun.
10:30~11:10 YOGA 高橋 35名	10:30~11:10 HIP HOP 内藤 45名	10:30~11:10 Pilates 岩橋 35名	10:30~11:10 Simple Move 山崎 45名	10:30~11:10 Simple Step 吉原 30名	10:30~11:10 Fun Move D-Revolutions 45名	10:30~11:30 週替わり プレミアム ★ 30名
12:00~12:40 FIGHT DO 尾鼻 45名	12:00~12:40 Simple Move 堀田 45名	11:30~12:10 Port De Bras 岩橋 45名	12:00~12:40 YOGA 花木 35名	11:30~12:10 Simple Move 吉原 45名	11:30~12:30 週替わり プレミアム D-Revolutions	12:00~12:40 FIGHT DO 瀬際 45名
13:00~13:40 ZUMBA 根本 45名	13:00~13:40 nani Aloha 堀田 45名	13:00~13:40 RADICAL POWER 山本 30名	13:00~13:40 Energy Step 和貝 30名	12:30~13:10 OXIGENO 増井 35名	13:00~13:40 RADICAL POWER Cardio 本間 30名	13:00~13:40 X55 金田 30名
14:00~14:40 Balletone 根本 45名	14:00~14:40 YOGA(静) 牧野 35名	14:00~14:40 UBOUND 瀬際 30名	14:00~14:40 背骨 コンディショニング ※スポーツタオル持参 瀬戸 35名	14:00~14:45 Special Step 山口	14:00~14:40 ZUMBA コバサオ 45名	14:00~14:40 Rhythm Yoga 雄谷 45名
15:00~15:40 背骨 コンディショニング ※スポーツタオル持参 瀬戸 35名	15:00~16:00 YOGA(動) 牧野	 スタジオプログラム web予約はこちら http://www1.nesty-gcloud.net/gunzesports_mypage	15:00~16:00 スタンダード エア60 山口	15:00~16:00 KIMAX ※グローブを用意してください (レンタル210円) ★ 金田 21名	15:00~15:40 Conditioning Step 雄谷 30名	15:00~15:40 Conditioning Step 雄谷 30名
19:30~20:10 Simple Step 生駒 30名	19:30~20:00 UBOUND ★ 瀬際 30名	19:30~20:10 Pilates 山口 35名	19:30~20:10 UBOUND 瀬際 30名	19:30~20:10 UBOUND 兵頭 30名	16:00~16:40 FIGHT DO A-SAH 45名	
20:30~21:10 背骨 コンディショニング ※スポーツタオル持参 生駒 35名	20:20~21:00 ZUMBA コバサオ 45名	20:30~21:10 Energy Step 山口 30名	20:30~21:10 OXIGENO 増井 35名	20:30~21:10 FIGHT DO 兵頭 45名	サーバーメンテナンス 毎月第3木曜日は AM0:00~ AM7:00まで マイページが ご利用できません。	
21:30~22:10 RADICAL POWER 山本 30名	21:20~22:00 KIMAX ※グローブを用意してください (レンタル210円) ★ 瀬際 21名	21:30~22:10 X55 ★ 金田 21名	21:30~22:10 RADICAL POWER 瀬際 30名	21:30~22:10 X55 兵頭 30名	★ 前月より変更した プログラム	

【営業時間】
平日：10:00~23:00
土曜日：10:00~20:00
日曜日：10:00~18:00

【休館日及び特別休館】
10日・20日・29日

【祝日営業日】
2月12日(月) 2月23日(金)
10:00~18:00

特別週替わりレッスン

山本 聖平 魚坂 大 堀坂 哲平

Program 10:30~11:10: Fun Move 価格 無料
11:30~12:30: Original Class 価格 880円(税込)

日時	担当	Original Classの内容
2.03(日)	山本 聖平	中級エアロ
2.10(日)		休館日
2.17(日)	魚坂 大	ダンスエアロ+ホーホップスタイル
2.24(日)	堀坂 哲平	中級エアロ

お申し込み方法



日曜日週替わりPremium!

2/4(日) UBOUND60 兵頭

2/11(日) ZUMBA60 名倉

2/18(日) RADICAL POWER60 瀬際

2/25(日) 10:30~11:45 ZUMBA75 瀬戸&ZJ ARISA

2月

Functional Studio Program

Mon.	Tue.	Wed.	Thurs.	Fri.	Sat.	Sun.
10:30~11:00 TRX 15名	10:30~11:00 筋コンディショ ニング 15名	10:30~11:00 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE 15名	10:30~11:00 TRX 15名	10:30~11:00 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE ★ 15名	12:00~12:30 TRX ★ 15名	10:30~11:00 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE
11:30~12:00 Hammock Exercise 6名	11:30~12:00 Functional Circuit 10名	11:30~11:50 Stretch Pole® 10名	11:30~12:00 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE	13:30~14:00 TRX 15名	12:30~13:30 機能改善 ストレッチ 和貝	11:45~12:30 スタジオ ワークアウト セッション 牧野
12:15~12:35 Stretch Pole® 10名	13:00~13:30 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE	12:30~13:30 Aerobics ~Skill UP~ 岩橋	13:00~13:30 Hammock Exercise 6名		15:00~15:30 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE	
13:00~13:40 UNIVERSAL YOGA EARTI 増井 15名	14:00~14:20 腹筋教室 スタッフ 15名	14:00~14:30 Hammock Exercise ★ 6名	14:00~14:45 Body Make Rich 和貝		16:00~16:30 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE	14:00~14:30 Hammock Exercise 6名
14:00~15:00 Special Lesson 山口					17:00~17:30 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE	15:50~16:50 からだ整え ひきしめる Hammock 雄谷
	20:15~20:45 TRX 15名	20:30~21:00 TRX 15名	19:30~20:10 UNIVERSAL YOGA EARTI 増井 15名	19:30~20:00 Hammock Exercise 6名		
20:00~20:30 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE	21:00~21:30 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE	21:15~22:15 Special Lesson 山口	20:30~21:00 RADICAL VIRTUAL TOP RIDE	20:30~20:50 Stretch Pole® 10名		

◇プログラムは全て事前予約可能(バーチャルプログラムは予約不要)

- ◆予約保有可能数一人3枠 / 1日の参加上限なし
- ◆2週間前(当日を含む14日前) 0:05から予約開始
- ◆予約・キャンセルはレッスン開始30分前まで
- ◆レッスン開始15分前からスタジオの入場開始 (予約した順番に入場)

◇プログラム参加には発券が必要です

- ◆2階ロッカー前に設置してある発券機で予約しているレッスンの発券を行ってください。券に記載の番号順で入場します。
- ◆発券機では当日枠を予約することができます。当日同時取得枠3枠/1日の上限なし
- ◆当日枠の予約はレッスン開始の1時間前から行うことができます。

スタジオweb予約システムは
LINEからのご利用が大変便利です



友達登録は
こちらから

LINEメニュー
web予約から
ご予約ください

ホームページ | タイムテーブル | 代行発券

スクール情報 | web予約 | NEWS