








7月23日 (木/祝) Program Schedule

	A STUDIO	HOT STUDIO
10:00		
11:00	10:45~11:30 OXIGENO 【稲葉】 	10:30~11:15 HOT DETOX YOGA 【曾根】
12:00	12:00~12:30 X55 【稲葉】 	12:00~12:45 HOT POWER YOGA 【曾根】
13:00	13:00~13:45 ZUMBA 【下田】	
14:00	14:05~14:50 HATA YOGA 【下田】	
15:00	<div style="border: 1px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px;">  ...Dance  ...Shape Up  ...Recovery  ...内容変更 </div>	15:00~15:45 HOT 美 MAKE YOGA 【下田】
16:00		<div style="border: 2px solid red; border-radius: 25px; padding: 20px; text-align: center;"> 祝日限定プログラム★ 姿勢改善を目指す方やウエストまわりを 引き締めたい方にオススメ♪ </div>
17:00		17:20~18:05 骨盤底筋を鍛えるYOGA 【北本】 
18:00	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> 祝日のため、20:00までの 営業となります。 </div>	