

シルバーウィーク特別プログラムタイムテーブル

9月19日 (土) 10:00~20:00		9月20日 (日) 10:00~20:00		9月21日 (月) 10:00~20:00		9月22日 (火) 10:00~20:00	
A STUDIO	HOT STUDIO	A STUDIO	HOT STUDIO	A STUDIO	HOT STUDIO	A STUDIO	HOT STUDIO
11:00~11:45 BEGINNER YOGA 原	11:00~11:45 骨盤調整YOGA 酒井	11:00~11:45 OXIGENO 稲葉 ★	11:00~11:45 HOT 美MAKE YOGA KEI	10:30~11:00 TOP RIDE 稲葉 ★	10:30~11:15 HOT 美MAKE YOGA 曾根	11:00~11:30 FIGHT DO 安良田	10:30~11:15 HOT DETOX YOGA 井上 ★
12:05~12:50 Original Move ~Dance Aero~ 原	12:30~13:15 HOT 美MAKE YOGA KEI	12:15~13:00 X55 稲葉 ★	12:15~13:00 HOT DETOX YOGA 酒井 ★	11:30~12:00 X55 稲葉 ★	11:45~12:30 HOT DETOX YOGA 曾根	12:00~12:40 OXIGENO 岡本 ★	12:00~12:45 HOT 美MAKE YOGA 井上
13:45~14:30 nani Aloha 堀田	17:00~17:45 HOT POWER YOGA LISA	13:30~14:15 UBOUND 吉田 ★	16:00~16:45 HOT POWER YOGA 酒井	12:30~13:15 骨盤矯正YOGA 酒井	14:00~14:45 BEGINNER HOT POWER YOGA 酒井 ★	13:00~13:45 ZUMBA 高田	14:00~14:45 HOT POWER YOGA 芳里
14:50~15:35 FUNCTIONAL STEP 堀田		14:45~15:15 TOP RIDE 吉田 ★	17:30~18:15 HOT DETOX YOGA 酒井	14:00~14:45 FIGHT DO 兵頭 ★	17:00~17:45 HOT POWER YOGA 井上 ★	14:15~15:00 Easy Street Dance 内藤	17:30~18:15 HOT 美MAKE YOGA 曾根 ★
				15:05~15:50 UBOUND 兵頭 ★			

プログラムご参加時のご協力について

- ①マスクもしくは飛沫防止シールドの着用及び使用器具の消毒にご協力をお願いいたします。
- ②入退場時、手指消毒をお願いいたします。
- ③お客様同士、十分の距離をお取りください。
- ④全プログラムを上限45分間と致します。

プログラム定員数について

Aスタジオ：25名
 ※整理券をプログラム開始20分前よりジムカウンター前より配布いたします。
 (※整列は25分前となります。間隔をあけてお並びください。)
 ホットスタジオ：15名

