


	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日						
	Aスタジオ	GYM	Aスタジオ	GYM	Aスタジオ	GYM	Aスタジオ	GYM	Aスタジオ	GYM	Aスタジオ	GYM	Aスタジオ	GYM					
10:00	10:25-11:10 Energy Move 【定員30名】 津江		10:30-11:15 Element& FIGHT DO 【定員30名】 瀬際 ★		10:30-11:15 ZUMBA 【定員30名】 片岡		10:30-11:15 Easy Street Dance 【定員30名】 河原林		10:30-11:00 OXIGENO 【定員35名】 YURIKO				10:30-10:45 Release Bobby						
11:00	11:00-11:15 Stretch Pole		11:00-11:15 Release Bobby		11:00-11:15 Stretch Pole		11:00-11:15 Stretch Pole		11:00-11:45		11:00-11:45		11:00-11:45						
11:30-12:05	35min昇 【定員30名】 津江 WEB予約		11:45-12:30 FITNESS POWER YOGA 【定員35名】 中神		11:35-12:20 Energy Move 【定員30名】 片岡		11:50-12:35 Element& POWER CARDIO 【定員30名】 栄		11:40-12:10 TOP RIDE 【定員20名】 JIN WEB予約		12:05-12:50		12:10-12:55						
12:00	12:30-13:15 Easy Street Dance 【定員30名】 ASUKA	12:15-12:30 Body Design HIP	12:40-12:55 ★ TRX		12:40-13:10 OXIGENO 【定員35名】 宮川 ★		13:00-13:45 ZUMBA 【定員30名】 下田 WEB予約		12:40-13:25 Element& UBOUND 【定員29名】 JIN ★		12:40-13:50 Beginner YOGA 【定員35名】 高橋		13:20-13:50 TOP RIDE 【定員20名】 吉田	13:20-13:35 Body Design core					
13:00	13:40-14:25 骨盤調整YOGA 【定員35名】 Kyoko	13:45-14:00 Body Design core	13:30-13:45 Body Design core		13:30-14:15 ボルトブラ 【定員35名】 村松	13:30-13:45 TRX	14:05-14:50 ハタヨガ 【定員35名】 下田		13:50-14:35 DISCO WORLD 【定員30名】 高田 WEB予約		13:45-14:30 nani Alohe (フィットネス) 【定員30名】 堀田		14:15-15:00 UBOUND 【定員29名】 吉田 WEB予約	14:15-15:00 Body Design HIP					
14:00	14:50-15:35 ZUMBA 【定員30名】 江嶋 WEB予約		14:05-14:50 Easy Street Dance 【定員30名】 内藤		14:35-15:10 35min動 【定員30名】 村松		15:15-15:45 X55 【定員30名】 栄 ★		15:00-15:45 FUNCTIONAL MOVE 【定員30名】 堀田		14:50-15:35 FUNCTIONAL STEP 【定員30名】 堀田		15:00-15:20 ★ VIPR	15:00-15:20 ★					
15:00			15:05-16:05 StreetDance教室 【有料】 内藤										15:25-15:55 X55 【定員30名】 吉田 ★	16:00-16:15 ★ Release Bobby					
16:00																			
17:00																			
18:00																			
19:00	19:00-19:15 Body Design HIP		19:00-19:15 Body Design core		19:00-19:45 骨盤調整YOGA 【定員35名】 Kyoko	19:45-20:00 TRX	19:30-20:00 BODY MAKE 【定員30名】 兵頭	19:45-20:00 ★ TRX	19:30-20:00 FIGHT DO 【定員30名】 瀬際 ★	19:00-19:15 TRX	19:30-20:00 シェイプUP・脂肪燃焼を目指すクラス 【FIGHT DO・エナジームーブなど】		<div style="border: 1px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;">  <p>代行確認はLINEからが便利です♪ QRコードから追加できます♪</p> </div>						
20:00	19:30-20:00 UBOUND 【定員29名】 兵頭		19:30-20:00 X55 【定員30名】 栄		20:15-21:00 RADICAL POWER POWER CARDIO 【定員30名】 瀬際	1.3.5週目 RADICAL POWER 2.4週目 POWER CARDIO	20:20-21:05 FIGHT DO 【定員30名】 兵頭	20:30-21:00 UBOUND 【定員29名】 瀬際 ★	20:05-20:20 ★ Body Design core	20:30-21:00 ボディメイク・筋力UPを目指すクラス 【RADICAL POWER・X55など】		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>■ 営業時間のご案内 ■</p> <p>【平日】 10 : 00 ~ 22 : 00</p> <p>【土曜】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> <p>【日祝】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> </div>							
21:00	20:20-21:05 FIGHT DO 【定員30名】 兵頭		20:30-21:00 TOP RIDE 【定員20名】 吉田 ★							ダンスや振付を楽しむクラス 【ZUMBA・StreetDanceなど】					<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>■ 営業時間のご案内 ■</p> <p>【平日】 10 : 00 ~ 22 : 00</p> <p>【土曜】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> <p>【日祝】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> </div>				
										身体の調整・柔軟性UPを目指すクラス 【ヨガ・OXIGENOなど】							<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>■ 営業時間のご案内 ■</p> <p>【平日】 10 : 00 ~ 22 : 00</p> <p>【土曜】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> <p>【日祝】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> </div>		
										身体の動きを鍛えるクラス 【TRX・VIPRなど】									<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>■ 営業時間のご案内 ■</p> <p>【平日】 10 : 00 ~ 22 : 00</p> <p>【土曜】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> <p>【日祝】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> </div>
										WEB予約クラス				<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>■ 営業時間のご案内 ■</p> <p>【平日】 10 : 00 ~ 22 : 00</p> <p>【土曜】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> <p>【日祝】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> </div>					
										有料クラス		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>■ 営業時間のご案内 ■</p> <p>【平日】 10 : 00 ~ 22 : 00</p> <p>【土曜】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> <p>【日祝】 10 : 00 ~ 18 : 00</p> </div>							