

2/11(火) 祝日プログラム

	Aスタジオ	LIVEスタジオ(ジム)	HOTスタジオ
10:00		10:15-10:30 Stretch Pole	
	10:30-11:15  蜷川		10:30-11:30 月礼拝 北本
11:00		11:30-11:50 BMH	
	11:30-12:30 フィットネスパワーヨガ KEI	12:00-12:20 オムニアサーキット	
12:00		12:30-12:45 Body Design Hip	12:00-13:00 美メイクヨガ (やさしい太陽礼拝) 北本
	12:45-13:45 ZUMBA 高田		
13:00			13:30-14:30 パワーヨガ 曾根
	14:00-14:45 Easy Street Dance 内藤	【プールプログラム】 14:00-14:30 ミットアクア	
15:00	15:15-16:00  パワー カーディオ 栄		15:00-16:00 リラックスヨガ 曾根
16:00			
17:00			

営業時間は18:00までとなります。

2/24(月) 祝日プログラム

	Aスタジオ	LIVEスタジオ(ジム)	HOTスタジオ
10:00		10:15-10:30 Release Body	
	10:30-11:15 エアロ初級 津江		10:30-11:30 美メイクヨガ 北本
11:00		11:05-11:20 TRX	
	11:30-12:15 ステップ初級 津江	11:55-12:15 BMH	
12:00		12:25-12:40 Body Design Hip	12:00-13:00 ボディメイク 蜷川
	12:30-13:15  MASAMI	12:45-13:00 Body Design Core	
13:00	13:30-14:30  松岡		13:30-14:30 ヨガティス KEI
14:00			
15:00	14:45-15:30 ZUMBA 江嶋		15:00-16:00  松岡
16:00			
17:00			

営業時間は18:00までとなります。