

平成29年7月～スタジオプログラム

	月	火	水	木	金	土	日	
10:30	10:30~11:25 かんたんエアロ 今井	時間変更 10:30~11:15 脂肪カットエアロ 酒井	休館日	NEW 10:30~11:30 ヨガフロー 太田(亜)	10:30~11:30 ヨガリラックス 稲垣	NEW 10:30~11:30 ヨガエナジー 太田(亜)	10:40~11:40 フラダンス 太田	
11:00		NEW 11:30~12:15 メガダンス 酒井		NEW 11:40~12:30 脂肪カットエアロ 真澄	NEW 11:40~12:30 かんたんステップ 大塚	11:45~12:30 バレトン 多和田		
12:00	11:35~12:35 ステップ 平本							館内POPを ご覧ください!
13:00	13:00~13:50 ウェープリング 真澄							13:00~14:00 バラエティ 週変わり
14:00	14:00~15:00 エアロ コンディショニング 松岡	14:00~14:50 やさしいエアロ 多和田			14:00~15:00 ボルドブラ&ダンス 伊藤	NEW 14:00~14:50 メガダンス 大城		
15:00						NEW 15:00~15:50 OXIGENO 大城		
16:00							15:40~16:30 気分爽快エアロ 真澄	
18:30	18:30~19:20 気分爽快エアロ 山崎	18:30~19:20 脂肪カットエアロ 多和田			18:30~19:20 ボディコンシャス 篠田	18:30~19:20 簡単ピラティス 栗栖		日曜は 19時 までの 営業
19:00						時間変更 19:30~20:20 かんたんエアロ 栗栖	土曜は 20時 までの 営業	
20:00	19:35~20:35 ヨガリラックス 稲垣	19:30~20:20 ZUMBA 山本		19:30~20:20 ZUMBA 山本				
21:00		20:30~21:20 OXIGENO 操神	20:30~21:30 ヨガ整体 太田(亜)	20:30~21:20 ラテンエアロ 松岡				
22:00								

◆ スタジオプログラムを受講される皆様へおねがい ◆

- ・「受講カード」はレッスン開始の1時間前より、フロントにて配布致します。
- ・受講される方は、フロントにて「受講カード」をお受け取り下さい。
- ・お一人様につき1枚とさせていただきます。代理での受付はご遠慮下さい。
- ・「受講カード」のない方、及び定員の場合は、受講する事が出来ませんのでご了承下さい。
- ・開始時刻前までに入室をして下さい。
- ・前のレッスンの清掃が済み次第お入り下さい。
- ・開始10分後の入室は危険を伴いますので、ご遠慮頂きます様ご協力お願いします。
- ・香水などをつけての参加はご遠慮下さい。
- ・レッスン中の録音、録画等は一切禁止させていただきます。