


# 7月18日(月・祝) 祝日スタジオプログラム

マルチスタジオ		溶岩スタジオ	
9:00~			9:00~
9:15~			9:15~
9:30~		ヨギケア(姿勢) 9:00~10:00 由香	9:30~
9:45~			9:45~
10:00~	リトリートヨガ60 (HOT) 9:30~10:30 Kazune 		10:00~
10:15~			10:15~
10:30~		バーカンメソッドヨガ 10:30~11:30 由香	10:30~
10:45~			10:45~
11:00~	BALLEVO® 11:00~12:00 塚本 晃司		11:00~
11:15~			11:15~
11:30~			11:30~
11:45~			11:45~
12:00~		ウーマンライフヨガ 12:00~13:00 Kumi	12:00~
12:15~			12:15~
12:30~	シェイプアップヨガ60 12:15~13:15 かおり		12:30~
12:45~			12:45~
13:00~			13:00~
13:15~			13:15~
13:30~	ファイトウ60 13:30~14:30 佐藤 真	アクティブフローヨガ 13:30~14:30 YUKI(脇坂)	13:30~
13:45~			13:45~
14:00~			14:00~
14:15~			14:15~
14:30~			14:30~
14:45~	ユーバウンド45 14:45~15:30 佐藤 真		14:45~
15:00~		リンパヨガ 15:00~16:00 YUKI(脇坂)	15:00~
15:15~			15:15~
15:30~			15:30~
15:45~			15:45~
16:00~			16:00~
16:15~	キッズスクールバレエ 低学年クラス 16:10~17:10 玉城 晴香		16:15~
16:30~			16:30~
16:45~			16:45~
17:00~			17:00~
17:15~			17:15~
17:30~	キッズスクールバレエ(75分) 高学年クラス 17:15~18:30 玉城 晴香	営業時間 8:30~18:30まで	17:30~
17:45~			17:45~
18:00~			18:00~
18:15~			18:15~
18:30~		マルチスタジオ 溶岩スタジオ ~完全予約制~	18:30~
18:45~			18:45~
19:00~			19:00~
19:15~			19:15~
19:30~			19:30~
19:45~			19:45~
20:00~			20:00~
20:15~			20:15~
20:30~			20:30~