

9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~			
9:15~	モーニング腸整ヨガ75 (HOT) 9:15~10:30 Naoko	ヨギケア(肩) 9:00~10:00 由香	9:00~
9:30~			9:15~
9:45~			9:30~
10:00~			9:45~
10:15~			10:00~
10:30~			10:15~
10:45~		バーカンメソッドヨガ 10:30~11:30 由香	10:30~
11:00~			10:45~
11:15~	BALLEVO® 11:00~12:00 塚本 晃司		11:00~
11:30~			11:15~
11:45~			11:30~
12:00~			11:45~
12:15~	ハタヨガ60 12:15~13:15 Aoi	ウーマンライフヨガ 12:00~13:00 Kumi	12:00~
12:30~			12:15~
12:45~			12:30~
13:00~			12:45~
13:15~			13:00~
13:30~	ジャズダンス60 13:30~14:30 清水 福子	初めてヨガ 13:30~14:30 Kumi	13:15~
13:45~			13:30~
14:00~			13:45~
14:15~			14:00~
14:30~			14:15~
14:45~	ファイドウ60 14:45~15:45 佐藤 眞	骨盤 コンディショニングヨガ 15:00~16:00 YO-KO	14:30~
15:00~			14:45~
15:15~			15:00~
15:30~			15:15~
15:45~			15:30~
16:00~			15:45~
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		16:00~
16:30~			16:15~
16:45~			16:30~
17:00~			16:45~
17:15~	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		17:00~
17:30~			17:15~
17:45~			17:30~
18:00~		祝日営業 8:30~18:00まで マルチスタジオ 溶岩スタジオ 完全予約制	17:45~
18:15~			18:00~
18:30~			18:15~
18:45~			18:30~
19:00~			18:45~
19:15~			19:00~
19:30~			19:15~
19:45~			19:30~
20:00~			19:45~
20:15~			20:00~
20:30~		20:15~	
			20:30~