

# 5月3日(水・祝) GW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~	フローヨガ75 (HOT) 9:15~10:30 CHIHIRO	バランスupヨガ 9:00~10:00 Yuki(石本)	9:15~
9:30~			9:30~
9:45~			9:45~
10:00~			10:00~
10:15~			10:15~
10:30~			10:30~
10:45~		リラックスヨガ 10:30~11:30 Yuki(石本)	10:45~
11:00~	ソフトヨガ60 11:00~12:00 CHIHIRO		11:00~
11:15~		11:15~	
11:30~		11:30~	
11:45~			11:45~
12:00~		スタイルアップヨガ 12:00~13:00 Machiko	12:00~
12:15~	メガダンス45 12:15~13:00 瀬沼 靖博		12:15~
12:30~		12:30~	
12:45~			12:45~
13:00~			13:00~
13:15~	ボディシェイプ サーキット60 13:15~14:15 清水 亜佐子		13:15~
13:30~		リフレッシュヨガ 13:30~14:30 あゆみ	13:30~
13:45~		13:45~	
14:00~		14:00~	
14:15~			14:15~
14:30~	ステップディスカバリー45 14:30~15:15 清水 亜佐子		14:30~
14:45~		14:45~	
15:00~		ベーシックヨガ 15:00~16:00 あゆみ	15:00~
15:15~			15:15~
15:30~	HIPHOP 15:30~16:30 Cha		15:30~
15:45~		15:45~	
16:00~		16:00~	
16:15~		16:15~	
16:30~			16:30~
16:45~			16:45~
17:00~			17:00~
17:15~			17:15~
17:30~			17:30~
17:45~			17:45~
18:00~	GW営業時間 8:30~18:00まで マルチスタジオ・溶岩スタジオ ~予約制~		18:00~
18:15~			18:15~
18:30~			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~		

# 5月4日(木・祝) GW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~	ハタヨガ75 (HOT) 9:15~10:30 KEIKO	リフレッシュヨガ 9:00~10:00 あゆみ	9:15~
9:30~			9:30~
9:45~			9:45~
10:00~			10:00~
10:15~			10:15~
10:30~			10:30~
10:45~		ベーシックヨガ 10:30~11:30 あゆみ	10:45~
11:00~	バレエ 11:00~12:00 城 聖子		11:00~
11:15~		11:15~	
11:30~		11:30~	
11:45~			11:45~
12:00~		巡りヨガ 12:00~13:00 Yuki(石本)	12:00~
12:15~	ZUMBA® 12:15~13:15 しづえ		12:15~
12:30~		12:30~	
12:45~			12:45~
13:00~			13:00~
13:15~			13:15~
13:30~	ファイトウ45 13:30~14:15 佐藤 真	デトックス腸整ヨガ 13:30~14:30 Naoko	13:30~
13:45~			13:45~
14:00~			14:00~
14:15~			14:15~
14:30~	フラダンス 14:30~15:30 鮫ヶ井 嘉子		14:30~
14:45~		14:45~	
15:00~		呼吸de ストレッチヨガ 15:00~16:00 Naoko	15:00~
15:15~		15:15~	
15:30~			15:30~
15:45~			15:45~
16:00~			16:00~
16:15~			16:15~
16:30~			16:30~
16:45~	キッズスクール HIPHOP(幼児クラス) 16:40~17:40 HITOMI		16:45~
17:00~		17:00~	
17:15~		17:15~	
17:30~			17:30~
17:45~	キッズスクール		17:45~
18:00~	GW営業時間 8:30~18:00まで マルチスタジオ・溶岩スタジオ ~予約制~		18:00~
18:15~			18:15~
18:30~			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~		