

●3月24日～ 特別プログラムスケジュール (※常温プログラム)

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
スタジオ	ファンクショナル ジムエリア	スタジオ	ファンクショナル ジムエリア	スタジオ	ファンクショナル ジムエリア	スタジオ	ファンクショナル ジムエリア	スタジオ	ファンクショナル ジムエリア	スタジオ	ファンクショナル ジムエリア	スタジオ	ファンクショナル ジムエリア
8:30													
9:00													
9:30	※休館日												
10:00													
10:30		整	10:20～10:50 ヨガ 高橋 カオリ	整	10:20～10:50 エアロピクス(初級) 西村 幸江	整	10:20～10:50 ヨガ 山根 反香	整	10:20～10:50 ヨガ 高橋 カオリ	整	10:20～10:50 ヨガ 荒澤 理恵	整	10:20～10:50 ヨガ 三浦 佑介
11:00		整	11:30～12:00 ヨガ 高橋 カオリ	整	11:30～12:00 ステップ(初級) 西村 幸江	整	11:30～12:00 ヨガ 荒澤 理恵	整	11:30～12:00 BODYBALANCE Miho	整	11:30～12:00 ヨガ 荒澤 理恵	整	11:40～12:10 ヨガ 三浦 佑介
12:00		整	13:00～13:30 ヨガ 三浦 佑介	整	13:00～13:30 BODYCOMBAT 内田 敬夫	整	13:00～13:30 ヨガ 荒澤 理恵	整	13:00～13:30 BODY JAM Miho			整	12:45～13:15 CXWORX 三浦 佑介
13:00		整	14:15～14:45 CXWORX 三浦 佑介	整	14:15～14:45 BODYPUMP 内田 敬夫	整	14:15～14:45 お腹シェイプ スタッフ	整	14:15～14:45 BODYCOMBAT Miho	整	14:00～14:30 BODYBALANCE Miho	整	13:45～14:15 BODYCOMBAT 大関 丈也
14:00										整	15:15～15:45 BODY JAM Miho	整	14:45～15:15 BODYPUMP 内田 敬夫
15:00										整	16:15～16:45 BODYCOMBAT 内田 敬夫	整	15:45～16:15 ヨガ 細川 朋子
16:00										整	17:20～17:50 BODYATTACK 三浦 佑介		
17:00										整	18:30～19:00 CXWORX 三浦 佑介		
18:00													
19:00	整	19:00～19:30 ヨガ 高橋 カオリ	整	19:00～19:30 BODYBALANCE Miho	整	19:00～19:30 ヨガ 三浦 佑介	整	19:00～19:30 BODYCOMBAT 大関 丈也					
20:00	整	20:00～20:30 ヨガ 高橋 カオリ	整	20:00～20:30 BODY JAM Miho	整	20:00～20:30 ヨガ 三浦 佑介	整	20:00～20:30 BODYPUMP 内田 敬夫					
21:00	整	21:00～21:30 BODYPUMP 内田 敬夫	整	21:00～21:30 BODYCOMBAT 内田 敬夫	整	21:00～21:30 CXWORX 三浦 佑介	整	21:00～21:30 筋膜リリース スタッフ					
22:00													
23:00													

新型コロナウイルスの対策として、プログラムの内容が変更となります。又、プログラムを安全に提供する上で各定員数を設けさせていただきます。大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解の程、よろしくお願い致します。

●整理券配布について●
整理券の配布方法につきましては、通常の配布方法と異なります(定員12名)詳細は、HP 又は掲示板をご覧ください。