



5月日曜担当



5/1

5/8

5/15

5/22

5/29

9:20(15分)
モーニングストレッチ
ジムスタッフ

第2スタジオ

9:20(15分)
モーニングストレッチ
ジムスタッフ

第2スタジオ

9:20(15分)
モーニングストレッチ
ジムスタッフ

第2スタジオ

9:20(15分)
モーニングストレッチ
ジムスタッフ

第2スタジオ

9:20(15分)
モーニングストレッチ
ジムスタッフ

第2スタジオ

10:00(50分)
エアロ初級50
内田

11:00(50分)
健康空手50
境

10:00(50分)
エアロ初級50
高野

11:00(50分)
健康空手50
境

10:00(50分)
エアロ初級50
内田

11:00(50分)
健康空手50
境

10:00(50分)
エアロ初級50
高野

11:00(50分)
健康空手50
境

10:00(50分)
エアロ初級50
原田

11:00(50分)
健康空手50
境

11:10(30分)
UBOUND30
福枝

11:30(30分)
お楽しみアクア
プール 永田

11:10(30分)
UBOUND30
福枝

11:30(30分)
お楽しみアクア
プール上四元

11:10(30分)
UBOUND30
上四元

11:30(30分)
お楽しみアクア
プール 永田

11:10(30分)
UBOUND30
福枝

11:30(30分)
お楽しみアクア
プール上四元

11:10(30分)
UBOUND30
上四元

11:30(30分)
お楽しみアクア
プール 原田

12:00(50分)
ジャイロキネシス
50 上村

12:00(50分)
ピラティス 50
服部

12:10
(75分)
<有料>
Adidasyoga
ベーシック
蔵屋

12:00(50分)
ジャイロキネシス
50 上村

12:00(50分)
ピラティス50
服部

12:00(50分)
ジャイロキネシス
50 上村

12:10
(90分)
<有料>
Adidasyoga
ステップアップ
蔵屋

13:10(50分)
シェイプアップ
エアロ50 永田

13:10(50分)
リトモス50
高野

13:10(50分)
シェイプアップ
エアロ50 永田

13:10(50分)
リトモス50
高野

13:10(50分)
リトモス50
高野

14:20(50分)
ファイドウ50
山下



14:20(50分)
骨盤ヨガ50
蔵屋

14:20(50分)
リトモス50
原田

14:20(50分)
ファイドウ50
山下

14:00(90分)
ヒップホップ
スクール
初中級クラス
TERUYA

14:20(50分)
リリースヨガ50
(リング使用)
蔵屋

15:30(45分)
UBOUND45
福枝

15:30(45分)
UBOUND45
福枝

15:30(45分)
UBOUND45
上四元

15:30(45分)
UBOUND45
福枝

15:30(45分)
UBOUND45
上四元

16:35(50分)
リラックスヨガ50
中村



16:35(50分)
リラックスヨガ50
中村



16:10(90分)
ヒップホップ
スクール
初級クラス
TERUYA

