

Aスタジオ

マグマスタジオ

7:00	OPEN	OPEN
8:00		
9:00		
10:00	10:00-11:00 すらっとBodyストレッチ 上野 さぎり	特別レッスン 10:05-11:05 骨盤ヨガ YO-KO
11:00	11:15-12:00 ビギナーステップ 上野 さぎり	11:30-12:00 溶岩浴フリータイム
12:00	12:30-13:30 ファイティングシェイブ 百瀬 直人	12:20-13:20 ホットヨーガ 渡邊 敬子
13:00		
14:00	代行 13:45-14:45 堀 成伸 RITMOS	
15:00	代行 15:00-16:00 久野 礼子 ビューティーボディーメイク	
16:00	特別レッスン 16:15-17:15 久野 礼子 ステップ&ボディメイキング	
17:00		
18:00		
19:00	代行 19:20-20:20 ZUMBA 田中 由香	19:15-20:15 ヨガ 春日 康友
20:00		
21:00	特別レッスン 20:35-21:20 シェイプアップトレーニング 春日 康友	代行 20:30-21:30 ストレッチヨガ NOE
22:00		
23:00	CLOSE	CLOSE