



| | | |
|-------|-----------------------------|----------|
| 8:00 | | |
| 9:00 | | |
| 10:00 | | |
| 11:00 | 11:00～12:00 アンチエイジング気功 | キング育子 |
| 12:00 | | |
| 12:00 | 12:15～13:15 Anatomy Yoga | 福成 康洋 |
| 13:00 | | |
| 13:00 | 13:30～14:30 ピラティス | 山本 哲矢 |
| 14:00 | | |
| 15:00 | 14:45～15:45 HOUSE BASIC | KAZUKIYO |
| 16:00 | 15:50～16:50 HOUSE | KAZUKIYO |
| 17:00 | | |
| 18:00 | | |
| 19:00 | | |
| 20:00 | | |
| 21:00 | | |
| 22:00 | | |
| 23:00 | | |

| | | |
|-------|------------------------------|----------|
| 8:00 | | |
| 9:00 | | |
| 10:00 | | |
| 11:00 | 11:00～12:00 アンチエイジング気功 | キング育子 |
| 12:00 | | |
| 12:00 | 12:15～13:15 Anatomy Yoga | 福成 康洋 |
| 13:00 | | |
| 13:00 | 13:30～14:30 ピラティス | 山本 哲矢 |
| 14:00 | | |
| 15:00 | 14:45～15:45 HOUSE BASIC | KAZUKIYO |
| 16:00 | 15:50～16:50 HOUSE | KAZUKIYO |
| 17:00 | | |
| 17:00 | 17:10～18:25 祝日特別プログラム バレエ | 小森 佑弥 |
| 18:00 | | |
| 19:00 | | |
| 20:00 | | |
| 21:00 | | |
| 22:00 | | |
| 23:00 | | |

