

	12月29日(月)	12月30日(火)	12月31日(水)	1月1日(木)	1月2日(金)	1月3日(土)	1月4日(日)	
		休館日	12:00 OPEN	12:00 OPEN	12:00 OPEN	休館日	8:00 OPEN	
8:00		<p>12月29日(月)は短縮営業日のため レッスン時間及び内容に 変更がございます。</p> <p>12月30日(火)、1月3日(土)は 休館日のため</p> <p>12月31日～1月2日(金)は 特別営業日のため</p> <p>スタジオレッスンはお休みです。</p> <p>※1月4日(日)から通常営業日のため 通常通りスタジオレッスンがございます。</p> <p>よろしくお願いいたします。</p>						8:00
9:00	9:00 OPEN						8:30～9:20 スタジオレンタル	9:00
10:00	短縮営業の為 時間・内容変 9:45～11:00 ピラティス&ヨガ 工藤 兼一						9:45～10:35 エアロ初中級 MASARU	10:00
11:00	整理券/定員30名 11:15～11:55 ステップ初級 荒木 美絵子						10:45～11:35 ステップ 初中級 MASARU	11:00
12:00	整理券/定員30名 12:10～13:00 エアロ中級 荒木 美絵子						11:55～12:35 ステップ40 中島 舞	12:00
13:00	13:15～14:15 コンディショニング エアロ1 山口 清美						12:50～13:50 やさしいエアロ 中島 舞	13:00
14:00	14:30～15:30 ルーシーダットン Nobu						14:00～15:15 ヨガ hitomi	14:00
15:00	整理券/定員30名						15:35～16:35 スタジオレンタル	15:00
16:00	15:40～16:40 スタジオレンタル							16:00
17:00	17:00～18:00 スタジオレンタル							17:00
18:00							17:15～18:45 ボウジングアカデミー (男性限定)	18:00
19:00								19:00
20:00	20:00 CLOSE							20:00
21:00							21:00 CLOSE	21:00
22:00								22:00
23:00								23:00
		18:00 CLOSE	18:00 CLOSE	18:00 CLOSE				

スケジュールは都合により変更する場合がございますのでご了承下さい。

※スタジオ参加につきまして  
レッスン開始後10分以降のご入場、または器具を使用するレッスン(ヨガ、ステップ等)・15名を超えるレッスンは  
安全性の面から開始後のご参加をご遠慮いただく場合があります。

初心者の方でも安心してご参加いただけます。

※毎月第2月曜日休館日

祝日のスケジュールに関しては掲示板をご確認下さい。