

10月13日(月)祝日プログラム

8:00 OPEN

メイン STUDIO

マット STUDIO

8:00

9:00

9:15~10:00(45分)
GROUP GROOVE
(曾我)

10:00

10:15~11:00(45分)
美・ヨガ
(後藤)

11:00

11:15~12:15(60分)
リラックスヨガ
(曾我)

有料スクール

美・ヨガ+
・11:15~12:15
講師:後藤 美佐

12:00

12:30~13:15(45分)
ZUMBA
(曾我部 愛実)

13:00

13:30~14:30(60分)
RITMOS
(曾我部 愛実)

14:00

15:00

15:00~18:00

フリーピンポン

16:00

17:00

20:00 CLOSE