



浦安千葉

5/4 (月) 5/5 (火) ・ 5/6 (水) GW祝日スタジオ特別プログラム

	5月4日 (月)	5月5日 (火)	5月6日 (水)
7:00 OPEN			
9:00			
10:00			【シアターJAZZ】 10: 00~11: 00 瀬沼 真幸
11:00	【ミッド&ローインパクト】 10: 30~11: 15 松田 有希子	【ラーニングステップ】 10: 30~11: 30 渡辺 睦美	
12:00	【レギュラーステップ】 11: 30~12: 30 松田 有希子	【コンディショニング&筋膜リリース】 11: 45~12: 30 渡辺 睦美	【ZUMBA®】 11: 15~12: 00 TSUKASA
13:00	【ZUMBA】 12: 45~13: 30 ジョセフ鮎	【Gヨガストレッチ】 13: 00~14: 00 歩	【ボディメイク】 12: 15~12: 45 TSUKASA
14:00	【すっきり健康ヨガ】 13: 45~14: 45 ジョセフ鮎		【ステップ1】 13: 15~14: 00 里見 一成
15:00		【初中級エアロ】 14: 15~15: 15 睦野 裕子	【ステップ2】 14: 15~15: 15 里見 一成
16:00			
17:00			
18:00	【エアロ2.5】 17: 45~18: 45 ゆっきー	【バレエ70】 17: 25~18: 35 Chi-tan.	
19:00	【ZUMBA】 19: 00~19: 45 野中 映仁子	【ボディメイク】 18: 45~19: 30 大森 恵美子	【初中級エアロ】 19: 15~20: 05 柊 秋
20:00		【ビギナーエアロ30】 19: 40~20: 10 大森 恵美子	【ラーニングステップ】 20: 10~21: 10 柊 秋
21:00	【リラックスヨガ】 21: 00~22: 00 細田 哲生		【HIP HOP】 21: 20~22: 20 YU-KA
22:00			

22:30 CLOSE

