

4月29日(木)GW特別プログラム		
	8:00 OPEN	
	メイン STUDIO	マット STUDIO
8:00		
9:00	9:15~10:00(45分) ZUMBA (尾崎)	
10:00		
11:00	10:20~11:05(45分) オリジナルパワーエアロ (尾崎)	
12:00	11:25~12:10(45分) GROUP POWER (Yu-)	
13:00	12:30~13:15(45分) ヨガ (曾我)	
14:00	13:35~14:20(45分) ピラティス (佐伯)	
15:00	14:40~15:25(45分) ZUMBA (佐伯)	
16:00		
17:00		
	20:00 CLOSE	

4月30日(金)GW特別プログラム		
	8:00 OPEN	
	メイン STUDIO	マット STUDIO
8:00	8:00~9:00(60分) 有料ピンポン教室 講師:檜垣 徹夫	
9:00	9:15~10:00(45分) ヨガ (曾我)	
10:00		
11:00	10:20~11:05(45分) ZUMBA STEP (尾崎)	
12:00	11:25~12:10(45分) ローインパクト (尾崎)	
13:00	12:30~13:15(45分) GROUP FIGHT (Ito☆)	
14:00	13:35~14:20(45分) ピラティス (佐藤)	
15:00	14:40~15:25(45分) ファットバーン (佐藤)	
16:00		
17:00		
	20:00 CLOSE	

5月1日(土)GW特別プログラム		
	8:00 OPEN	
	メイン STUDIO	マット STUDIO
8:00		
9:00		
10:00	10:20~11:05(45分) wake up Body (加藤)	
11:00		
12:00	11:25~12:10(45分) ナチュラルムーブ (鴻上)	
13:00	12:30~13:15(45分) GROUP POWER (TAKUMA)	
14:00	13:35~14:20(45分) パワーヨガ (曾我)	
15:00	14:40~15:10(30分) ストレッチボール(曾我)	
16:00	15:30~16:15(45分) RITMOS (曾我部)	
17:00		
	20:00 CLOSE	

5月2日(日)GW特別プログラム		
	8:00 OPEN	
	メイン STUDIO	マット STUDIO
8:00		
9:00		
10:00		
11:00		
12:00	11:40~12:25(45分) ZUMBA (曾我部)	
13:00	13:00~14:30(90分) ジャンプトレーニング セミナー (徳永) ※要予約 定員:10名	
14:00		
15:00	14:55~15:40(45分) オリジナルパワーエアロ 【中上級】(尾崎)	
16:00	16:00~16:45(45分) ZUMBA STEP (尾崎)	
17:00		
	20:00 CLOSE	

5月3日(月)GW特別プログラム		
	8:00 OPEN	
	メイン STUDIO	マット STUDIO
8:00		
9:00		
10:00		
11:00	10:20~11:05(45分) 美・ヨガ (後藤)	
12:00	11:25~12:10(45分) ラーニングステップ (尾崎)	
13:00	12:30~13:15(45分) ZUMBA (尾崎)	
14:00	13:35~14:20(45分) GROUP FIGHT (Megu)	
15:00	14:40~15:25(45分) GROUP CENTERGY (曾我)	
16:00		
17:00		
	20:00 CLOSE	

5月4日(火)GW特別プログラム		
	8:00 OPEN	
	メイン STUDIO	マット STUDIO
8:00	8:00~9:00(60分) 有料ピンポン教室 講師:檜垣 徹夫	
9:00	9:15~10:00(45分) リラックスヨガ (曾我)	
10:00		
11:00	10:20~11:05(45分) RITMOS (曾我部)	
12:00	11:25~12:10(45分) かんたんパワーヨガ (曾我)	
13:00	12:30~13:15(45分) ピラティス (佐藤)	
14:00	13:35~14:20(45分) GROUP CENTERGY (曾我)	
15:00	14:40~15:25(45分) GROUP POWER (TAKUMA)	
16:00		
17:00		
	20:00 CLOSE	

5月5日(水)GW特別プログラム		
	8:00 OPEN	
	メイン STUDIO	マット STUDIO
8:00	8:00~8:55(55分) ピンポン ①	
9:00	9:15~10:00(45分) GROUP CENTERGY (曾我)	
10:00		
11:00	10:20~11:00(40分) ボール体操 (曾我) ※定員15名	
12:00	11:20~12:05(45分) ヨガ (後藤)	
13:00	12:25~13:10(45分) レギュラー (鴻上)	
14:00	13:30~14:15(45分) アロマストレッチ (鴻上)	
15:00	14:35~15:20(45分) ZUMBA (曾我部)	
16:00		
17:00		
	20:00 CLOSE	

4/29(木)～5/5(水)は会員種別に関係なく終日ご利用いただけます。 営業時間:8:00～20:00