8月14日(木)お盆特別プログラム

8:00 OPEN	
メイン STUDIO	マット STUDIO
8:00	
9:00	
9:10~9:55(45分) ZUMBA (尾崎)	
10:00	
10:10~11:10(60分) オリジナルパワーエアロ (尾崎)	
11:00	
11:25~11:55(30分) ストレッチポール (前川)	
12:00	
12:10~12:55(45分) ZUMBA (佐伯)	
13:00	
13:10~13:55(45分) ピラティス (佐伯)	
14:00	
14:30~18:00	
15:00	
フリーピンポン	
16:00	
17:00	
20:00 CLOSE	

8月15日(金)お盆特別プログラム

8:00 OPEN	
メイン STUDIO	マット STUDIO
8:00	
8:00~9:00 有料ピンポン教室 講師:檜垣 徹夫	
9:00	
10:00	
10:10~10:55(45分) ピラティス (井上)	
11:00	
11:10~11:55(45分) ZUMBA STEP (尾崎)	
12:00	
12:10~12:55(45分) ローインパクト (尾崎)	
13:00	
13:10~14:10(60分) バレエ (板東/新垣)	
14:00	
14:25~15:10(45分) ジャイロキネシス (板東)	
15:00	
16:00	
17:00	
20:00 CLOSE	

8月16日(土)お盆特別プログラム

8:00 OPEN	
メイン STUDIO	マット STUDIO
8:00	
9:00	
10:00	
11:00	
11:10~12:10(60分) ナチュラルムーブ (鴻上)	
12:00	
12:25~13:10(45分) GROUP POWER (Tammy)	
13:00	
13:25~14:10(45分) RITMOS (Tammy)	
14:00	
14:30~18:00	
15:00	
フリーピンポン	
16:00	
17:00	
20:00 CLOSE	

※8月14日~8月16日は、会員種類に関係なく終日ご利用いただけます。(WEB予約は、1週間前のレッスン開始時間より受け付けます。)