

ゴールデンウィーク スタジオプログラム

	4/29 (月・祝)				5/3 (金・祝)				5/4 (土・祝)				5/5 (日・祝)				5/6 (月・祝)			
	A Studio	B Studio	C Studio	HOT Studio	A Studio	B Studio	C Studio	HOT Studio	A Studio	B Studio	C Studio	HOT Studio	A Studio	B Studio	C Studio	HOT Studio	A Studio	B Studio	C Studio	HOT Studio
10:00																				
10:30	10:15/45 HIRO ボディバランス 45	10:15/45 ひかり ZUMBA 45			10:15/45 HIRO ボディバランス 45	10:15/45 長 エンジョイ エアロ				10:15/45 大澤 コンビネーション エアロ							10:15/45 HIRO ボディバランス 45	10:15/45 ひかり ZUMBA 45		
11:00						(赤枠対象外)														
11:30	11:15/45 ひかり すっきり ストレッチ	11:15/45 渡邊 MEGADANZ 45	11:15/30 HIRO ボディジャム30 (赤枠対象外)		11:15/45 HIRO ピラティス	11:15/45 大澤 オリジナル エアロ			11:15/45 瓜生 ガールズ HIPHOP	11:15/45 ひかり ボディジャム 45							11:15/45 ひかり すっきり ストレッチ	11:15/45 渡邊 MEGADANZ 45	11:15/30 HIRO ボディジャム30 (赤枠対象外)	
12:00	(赤枠対象外)				(赤枠対象外)				※要予約※	(赤枠対象外)							(赤枠対象外)			
12:30					12:15/30 山下 コアリズム30 (赤枠対象外)	12:30/45 堀越 ボディバンプ 45			12:15/45 HIRO HOT初級簡単ヨガ ピラティス ストレッチ	12:15/45 ひかり ヨガ	12:15/45 大澤 ZUMBA 45			12:15/60 平尾 ヨガ ピラティス						
13:00		12:30/60 大澤 コンビネーション エアロ			13:00/30 山下 初級エアロ (赤枠対象外)	※定員40名 (赤枠対象外)			(有料 500円) ※定員8名						12:45/60 光山 ボディアタック 60					
13:30																		12:30/60 大澤 コンビネーション エアロ		
14:00	14:00/60 minami Jazz	13:45/45 名塚 リトモス 45				13:45/60 Ayu ボディコンバット 60											14:00/60 minami Jazz	13:45/45 名塚 リトモス 45		
14:30						(赤枠対象外)														
15:00					15:00/45 保木本 バレトン	15:00/45 松井 ボディジャム 45														
15:30																				
16:00																				
16:30		16:00/60 高橋 Mきつず 体操教室 (幼児) 体験所要予約			16:00/45 Yuriko HOTヨガ ※定員12名	16:00/45 ゆうあ はじめての Jazz														
17:00																				
17:30		17:10/60 高橋 Mきつず 体操教室 (小学生) 体験所要予約																		
18:00																				