

スタジオレッスンスケジュール

10/12(月)スポーツの日

	10/12(月)スポーツの日		
	1st	2nd	STUDIO INFORMATION
10:00			10:00
11:00	秋の養生ヨガ60 10:25～11:25 藤代有希	はじめてサルサ60 10:25～11:25 田尻道広	
12:00	ZUMBA60 11:45～12:45 田尻道広	ベリーダンス60 11:40～12:40 miwaco☆	12:00
13:00	OXIGENO®45 13:00～13:45 長嶋大夢	バレエ60 12:55～13:55 笹森香里	13:00
14:00	POWER CARDIO®60 14:00～15:00 山田洋史	なれたらウォーク45 14:15～15:00 手塚ちづる	14:00
15:00	SALSATION®60 15:15～16:15 木上真理子	ボディコンディショニング50 15:15～16:05 手塚ちづる	15:00
16:00			16:00
17:00			17:00
18:00	【定員数】 1stスタジオ→45名 2ndスタジオ→35名 営業時間10:00～19:30 ビジネス会員様は時間外利用料1,650円でご利用いただけます。		18:00
19:00			19:00