

☆スタジオ特別プログラム☆

11月23日(土)勤労感謝の日

	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
10:00	キッズスクール		
11:00	LES MILLS BODYJAM 45 11:00~11:45 広島	エアリアルヨガ 10:15~11:00 美宅	
12:00	LES MILLS GRIT (CARDIO) STRENGTH 12:00~12:30 長瀬	美姿勢ボディコントロール 11:20~12:05 美宅	
13:00	リトモス 12:50~13:35 IZU		
14:00	LES MILLS BODYPUMP 60 13:50~14:50 長瀬	ヨガ 14:00~14:45 遠藤(富)	
15:00	WEB	WEB	キッズスクール
16:00	初中級エアロ60 15:10~16:10 遠藤(富)	バレトン 15:00~15:45 琴美	
17:00	特別選替わりレッスン①リトモス 16:25~17:10 堀 成伸	マットピラティス 16:00~16:45 木目田	
18:00	特別選替わりレッスン②エアピクス初中級 17:25~18:10 堀 成伸		
19:00			

★祝日 営業時間★

営業時間 10:00~21:00 (フロント営業時間19:00まで)
 (スポーツゾーン終了は20:00です。予めご了承くださいませ。)