

6月 日曜レッスンスケジュール



	6月7日(日)		6月14日(日)		6月21日(日)		6月28日(日)	
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:00								
11:00	11:00~11:45 フィットネスフラ 星		11:00~11:45 太極拳 伊吹		11:00~11:45 SHiNE™ 橋本		10:30~11:15 エンジョイエアロ 林	
12:00	12:00~12:45 ピラティス& ヨガ 徳田		▶ 12:00~12:45 GROUP FIGHT 《映像プログラム》		12:00~12:45 リラクゼーション ヨガ 永原		▶ 11:25~12:10 リンパドレナージュ 林	
13:00	▶ 13:00~13:45 GROUP BLAST 《映像プログラム》		▶ 13:00~13:45 GROUP GROOVE 《映像プログラム》		▶ 13:00~13:45 GROUP POWER 《映像プログラム》		▶ 12:20~12:50 GROUP POWER30 《映像プログラム》	
14:00	▶ 13:55~14:40 GROUP POWER 《映像プログラム》	14:00~熱波浴	▶ 13:55~14:40 GROUP BLAST 《映像プログラム》	14:00~熱波浴	▶ 13:55~14:40 GROUP GROOVE 《映像プログラム》	14:00~熱波浴	▶ 13:00~13:45 GROUP GROOVE 《映像プログラム》	
15:00	▶ 14:50~15:35 GROUP CENTERGY 《映像プログラム》		▶ 14:50~15:35 GROUP POWER 《映像プログラム》		▶ 14:50~15:35 GROUP BLAST 《映像プログラム》		▶ 13:55~14:40 GROUP CENTERGY 《映像プログラム》	14:00~熱波浴
16:00							▶ 14:50~15:35 GROUP FIGHT 《映像プログラム》	

【日・祝日 営業時間】 10:00~19:00