

2025.02.24(MON)

【振替休日】プログラムスケジュール

	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle
10		10:00-11:00		
11	10:30-11:10 ヨガ40 飯嶋 ほづみ	FREE TIME		10:30-11:10 LES MILLS THE TRIP 下山 徳大
12	11:30-12:15 POWER 中村 大介 × 飯嶋 拓斗	11:30-12:10 ホットヨガ40 飯嶋 ほづみ		11:30-12:15 LES MILLS RPM 下山 徳大
13	12:35-13:20 fight AYA	12:30-13:10 ホットヨガ40 飯嶋 ほづみ	13:10-13:25 adidas GYM&RUN15	12:20-12:50 FREE TIME
14	13:40-14:25 BLAST AYA	14:15-14:55 ホットヨガ40 伴野 絵梨		13:15-13:55 LES MILLS THE TRIP 伴野 絵梨
15	14:45-15:30 ZUMBA SAKURA × 赤坂 拓海	15:15-15:55 温アロマストレッチ40 青山 乙葉		14:40-15:20 LES MILLS THE TRIP 上野 翔平
16	15:50-16:20 fight 上野 翔平			15:40-16:20 LES MILLS THE TRIP 池島 なるみ
17	16:40-17:25 CENTERGY 池島 なるみ	16:30-17:10 ホットヨガ40 YURI		16:40-17:20 LES MILLS THE TRIP 新美 有基
18	18:00-19:00 groove ※JAN25リリース有料イベント	17:30-18:10 ホットヨガ40 YURI		17:40~18:25 LES MILLS RPM 新美 有基
19				
20				

※レッスン内容、担当インストラクターは急遽変更になる場合がございます。

※スタジオプログラムはWEBからご予約ください。