

# 2019.9.16(Mon)

## 【敬老の日】プログラムスケジュール

	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle
10		FreeTime 10:00~10:50 ~温~ 映像レッスン		
11	10:30-11:00 Balletone 松本		10:30-10:45 adidas GYM&RUN15	10:30-11:10 LES MILLS THE TRIP 高山
12	11:20-12:05 POWER 大瀬戸 × 不破	11:10-11:50 ホットヨガ40 飯嶋	10:55-11:15 SKILL Athletic Circuit20	11:30-12:10 LES MILLS THE TRIP 池島
13	12:25-13:05 ダンスエアロ40 小柳	12:10-13:10 ホットヨガ60 飯嶋		12:30-13:10 LES MILLS THE TRIP 下山
14	13:20-14:05 ZUMBA 牧野	13:30-13:50 温ストレッチポール20	13:20-13:35 adidas GYM&RUN15	13:30-14:00 LES MILLS RPM 不破
15	14:25-15:25 POWER 東	14:30-15:30 ホットヨガ60 二村	13:45-14:00 HEAT-HIIT15	14:15-14:55 LES MILLS THE TRIP 不破
16	15:45-16:30 fight 川島	15:50-16:30 ホットヨガ40 藤山	14:40-15:00 SKILL Athletic Circuit20	FreeTime 15:10-15:40 LES MILLS RPM VIRTUAL #82
17	16:50-17:35 CENTERGY 立川	16:50-17:30 ホットヨガ40 藤山		16:00-16:40 LES MILLS THE TRIP 東
18	18:05-18:55 ダンスエアロ50 藤枝	18:00-18:40 温アロマストレッチ40 社本		17:00-17:45 LES MILLS RPM 高山
19				18:10-18:50 LES MILLS THE TRIP 熊谷
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。

※8月16日(金)~WE予約開始