

2019.9.23(Mon)

【秋分の日】プログラムスケジュール

	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle
10		FreeTime 10:00~11:00 ~温~ 映像レッスン		FreeTime 10:25-11:10 LES MILLS RPM VIRTUAL #82
11	10:30-11:00 Balletone 松本		10:30-10:45 adidas GYM&RUN15	
12	11:20-12:05 POWER 大瀬戸	11:30-12:10 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	12:30-13:10 ホットヨガ40 飯嶋		12:30-13:10 LES MILLS THE TRIP 西川
14	13:25-13:40 barre Tec 13:40-14:10 barre 大岩	13:30-13:50 温ストレッチポール20	13:30-13:45 adidas GYM&RUN15	13:30-14:15 LES MILLS RPM 高山
15	14:35-15:20 ZUMBA 牧野	14:30-15:10 ホットヨガ40 二村	13:55-14:10 HEAT-HIIT15	14:35-15:15 LES MILLS THE TRIP 高山
16	15:40-16:25 fight 新美	15:30-16:30 ホットヨガ60 藤山	14:25-14:45 SKILL Athletic Circuit20	FreeTime 15:30-16:00 LES MILLS RPM VIRTUAL #81 FreeTime 16:05-16:35 LES MILLS RPM VIRTUAL #82
17	16:45-17:45 POWER 山田(佳)	16:50-17:30 ホットヨガ40 藤山		17:00-17:40 LES MILLS THE TRIP 尾関
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		18:00-18:40 LES MILLS THE TRIP 中西
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。

※8月16日(金)~WEB予約開始