

2019.1.14(月)・成人の日



祝日特別スケジュール



時間	スタジオ1st	スタジオ2nd	遠赤ドーム
10:00			
11:00	太極拳60 10:30~11:30 張 学峰	リラックスストレッチ30 11:00~11:30 STAFF	
12:00	気功60 11:45~12:45 張 学峰	MEGA DANZ60 11:45~12:45 小林 礼奈	
13:00	パワーカーディオ60 13:00~14:00 ★小林 礼奈		溶岩冷え性改善ストレッチ30 11:30~12:00 STAFF
14:00	X-55 14:15~15:00 ★今野 翼	ハタ・ヨガ60 13:30~14:30 福田 美鈴	
15:00	大人のファイト60 15:15~16:15 ★磯邊 賢一	ヒーリング コンディショニング 14:45~15:45 ★福田 美鈴	
16:00	ボディメンテナンス60 16:30~17:30 今野 翼	JAZZ DANCE初級75 振付クラス 16:00~17:15 南帆	
17:00			溶岩お腹引き締めヨガ30 17:30~18:00 STAFF
18:00			
19:00			

★印はレッスン開始30分前にカウンターにて整理券を配布致します。

営業時間 10:00~20:00