



2020年 6月 スタジオレッスンスケジュール (完全予約制 定員15名)

	月	火	水	木	金	土	日
	メイン	メイン	メイン		メイン	メイン	メイン
10:00							
11:00	11:15~12:00	11:00~12:00	11:00~11:45		11:00~12:00	11:00~11:45	11:00~11:45
	ZUMBA 三本木しのぶ	美ボディヨガ 山内志穂	バレトン 三本木しのぶ		エアリアルヨガ ストレッチ	サーキットトレーニング	格闘技エアロ
12:00							
13:00							
14:00	14:00~14:45	14:00~14:45	14:00~14:45	6月 ラテンエアロ	14:00~15:00	14:00~14:45	14:00~14:45
	ピラティス 野崎真貴	ストレッチ&ストレッチポール	エアロビクス	休館日	お楽しみレッスン 阿部舞	ステップエクササイズ	ストレッチ&ストレッチポール
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00			19:00~19:45		19:00~20:00	19:00~19:45	
		19:30~20:15	バレトン 田中俊也		NEW ヴァンヤサフローヨガ 山内志穂	エアロビクス	
20:00	20:00~21:00	エアロビクス 大内万里子					
	リフレッシュヨガ AI						
21:00							
22:00							

レッスンに参加される皆様へ【完全予約制】
 * 感染症対策のため各スタジオ**定員を15名迄**と致します。(レッスンの1時間前にフロントにて予約受付開始致します。)
 * 本人以外の予約、電話での予約はご遠慮願います。
 * 予約していたスタジオをキャンセルされる場合は、必ずフロントにお申し出ください。