







5月6日(月) 祝日スケジュール

	Hikariスタジオ	Onスタジオ	Waスタジオ	
10:00				10:00
10:30	 エアロシンプル 10:30~11:00 KA-YO		ラジオ体操 10:30~10:35	10:30
11:00		 ホット リラックスヨガ 10:45~11:30 菅 明美	ラクティブスクール 10:45~11:30 近藤 史也	11:00
11:30	ZUNBA® 11:15~12:00 KA-YO			11:30
12:00				12:00
12:30	 楊名時太極拳 12:30~13:15 高橋 久美子	 【女性限定】 ホット ベーシックヨガ 12:15~13:00 Natsu		12:30
13:00				13:00
13:30				13:30
14:00	LESMILLSDANCE 13:45~14:30 堂園 愛子	ホットヨガスクール 13:30~14:30 Natsu		14:00
14:30				14:30
15:00	 BODYBALANCE 15:00~15:45 Natsu	ホット ピラティス 15:00~15:45 塩浦 香織	フリースペース	15:00
15:30				15:30
16:00		 ホット ベーシックヨガ 16:00~16:45 堂園 愛子		16:00
16:30	BODYCOMBAT 16:15~17:00 青木 拓海			16:30
17:00				17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00	デイタイム会員様ご利用の場合、 『時間外利用料1,650円(税込)/日』が必要です。			19:00
19:30				19:30