

# もりのみや店 2026年 祝日レッスンスケジュール&LESMILLS EVENT 3月20日(金)~3月22日(日)

	3月20日(金) FRI				3月21日(土) SAT				3月22日(日) SUN				
	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	
9:00													9:00
9:30													9:30
10:00													10:00
10:30	ヨガ 10:00~10:45 SAYA				BODYBALANCE 10:20~11:05 SHIZUKA	RPM 10:00~10:30 藤田 謙豪	とくヨガ 10:00~11:00 原 まゆみ		ZUMBA 9:55~10:40 みいたん	RPM 10:10~10:40 永井 佑治		リファインヨガ 9:30~10:15 大槻 明日香	10:30
11:00	BODYBALANCE 11:00~11:30 東丸 ほのか												11:00
11:30				アクア 11:15~11:45 平田 智子	LESMILLS DANCE 11:20~11:50 SHIZUKA				BODYSTEP 11:00~11:45 永井佑治			ヨガ 11:00~12:00 Natauki	11:30
12:00			リファインヨガ 11:30~12:30 原 まゆみ										12:00
12:30	【有料】LESMILLS DANCE 11:50~12:50 宮本 真帆 SHIZUKA				ZUMBA 12:05~12:50 yano	RPM 12:30~13:00 手島 佑貴		UBOUND 12:05~12:35 加藤 万穂					12:30
13:00			ヨガリンパ 12:50~13:50 久保 美恵子										13:00
13:30	ZUMBA 13:05~13:50 野村 純子	RPM 13:00~13:30 今川 拓真			ストレッチ 13:10~13:55 星畑 梨名		骨盤ヨガ 12:50~13:35 久保 美恵子		ヨガ 12:50~13:35 二軒谷 宏美			キッズスイミングスクール 8:00~13:40	13:30
14:00													14:00
14:30	【有料】BODYATTACK 14:10~15:10 京谷七彩 森田謙豪		美姿勢ヨガ 14:10~14:55 久保 美恵子		BODYCOMBAT 14:20~15:05 大井克彦 上田清春		リファインヨガ 13:50~14:35 久保 美恵子		ピラティス 13:55~14:40 二軒谷 宏美	RPM 14:00~14:30 原野兼太郎			14:30
15:00													15:00
15:30										BODYPUMP 15:00~15:45 原野兼太郎 清家恵			15:30
16:00		RPM 15:30~16:00 池田 将貴			フローヨガ 15:25~16:10 久保 美恵子	RPM 15:30~16:15 高橋 裕介							16:00
16:30													16:30
17:00					BODYPUMP 16:30~17:30 清水亮太 大井克彦								17:00
17:30				キッズスクールスイミング 16:10~18:55									17:30
18:00													18:00
18:30													18:30
19:00													19:00
19:30													19:30
20:00													20:00
		祝日営業時間 9:00~19:00				営業時間 9:00~21:00				営業時間 9:00~19:00			
	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	HOTスタジオ	プール	
	3月20日(金) FRI				3月21日(土) SAT				3月22日(日) SUN				