

7月20日(月)祝日スケジュール

有料スクール

キッズスクール

初心者におすすめ

	スタジオ	Rスタジオ	ホットヨガ	プール	
9:00					9:00
9:30					9:30
10:00					10:00
10:30	リラックスヨガ 10:00~10:45 杉本 昇		らくヨガ 9:50~10:35 YUKO		10:30
11:00					11:00
11:30	ピラティス 11:05~11:50 杉本 昇	RPM 11:00~11:30 森田 瀬奈	骨盤ヨガ 10:55~11:40 YUKO	アクア 11:15~11:45 金井 道代	11:30
12:00					12:00
12:30	Group Power 12:10~12:55 清水 亮太		美姿勢ヨガ 12:30~13:30 Kazu		12:30
13:00					13:00
13:30	Group Fight 13:15~14:00 大本 裕也				13:30
14:00			ビューティモヨガ 13:20~14:20 杉本 昇	水中ウォーキング 13:30~14:00 楳原 一美	14:00
14:30	Group Centergy 14:20~15:05 大本 裕也			アクア 14:15~14:45 楳原 一美	14:30
15:00					15:00
15:30					15:30
16:00					16:00
16:30					16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00	スタジオ	Rスタジオ	ホットヨガ	プール	19:00