

お盆期間 特別タイムスケジュール

8/11(月)祝日	8/14 (木)	8/15(金)
10:30~11:00 やまぐち ストレッチ	10:30~11:00 なるい ボディバランス30	10:30~11:00 わだ コアクロス
11:20~11:50 わだ ボディコンバット30	11:20~11:50 まえにし 初級ステップ	11:20~12:05 なかがわ ボディジャム45
12:10~12:40 やまぐち ボディバランス30	12:10~12:40 スタジオ開放 ・マット・チューブ使用可	12:25~12:55 よこた ストレッチ
13:00~13:45 よこた ボディパンプ45	13:00~13:30 なるい ウエストシェイプ	13:15~13:45 はまだ ボディパンプ30
	13:50~14:35 わだ ボディコンバット45	14:05~14:35 なるい ボディバランス30
	19:10~19:55 しみず ボディパンプ45	
		夜のレッスンは休講
1 8 時閉館	2 1 時閉館	

8月13日(水)は通常通りのタイムスケジュールで運営致します。

スタジオレッスンは各クラスで抽選を行います。定員は18名です。初級ステップ・ボディパンプは定員15名です。

レッスン20分前より抽選券を配布、10分前に抽選を行います。時間に余裕を持ってお越しください。