

2月11日(金/祝日)レッスントイムスケジュール

	スタジオ β	スタジオ α	
10:00			10:00
11:00		リフレッシュヨガ 10:30-11:15 北尾千恵子	11:00
12:00	かんたんエアロ 11:40-12:25 伊藤裕子	GROUP CENTERGY 11:45-12:30 IZUMI	12:00
13:00	フィットネスフラ 12:45-13:30 片江有子	MEGADANZ 13:00-13:45 KURI	13:00
14:00	パワーヨガ 14:00-14:45 片江有子		14:00
15:00		Fun!Fun!エアロ 14:15-15:00 村岡雅恵	15:00
16:00		UBOUND 15:20-15:50 yuki	16:00
17:00			17:00
18:00			18:00
19:00		POWER CARDIO 18:15-19:00 TAKUMI	19:00
20:00			20:00
21:00			21:00
22:00			22:00
23:00			23:00

2月23日(水/祝日)レッスントイムスケジュール

	スタジオ β	スタジオ α	
10:00			10:00
11:00	太極拳 10:45-11:30 鬼頭英司	マーシャルフローヨガ 10:30-11:15 島田菜央	11:00
12:00		かんたんエアロ 12:00-12:45 吉川和美	12:00
13:00	フローアピラティス 13:00-13:45 伊藤理香	ラテンダンス 13:15-14:00 川端美保	13:00
14:00			14:00
15:00	ナチュラルヨガ 14:20-15:05 川端美保	UBOUND 14:20-14:50 TAKUMI	15:00
16:00		POWER CARDIO 15:15-15:45 TAKUMI	16:00
17:00			17:00
18:00			18:00
19:00		FIGHTDO 18:15-19:00 隼人	19:00
20:00			20:00
21:00			21:00
22:00			22:00
23:00			23:00