



# 2周年特別スケジュール

6月5日(金)				6月6日(土)				6月7日(日)			
エナジー	溶岩ホット	ジムエリア	プール	エナジー	溶岩ホット	ジムエリア	プール	エナジー	溶岩ホット	ジムエリア	プール
			10:00~10:45 ウォーターシェイプ 伊部ひろみ								
10:30~11:15 バレト 武藤友加里	10:45~11:30 寝ヨガ 都美香		NEO		10:45~11:30 パワーヨガ 武田己知子			10:30~11:15 Fun! Fun! エアロ 高木園子	11:00~11:30 筋膜リリースストレッチ スタッフ		
11:45~12:30 Fun! Fun! エアロ 水野万由美	12:00~12:45 ナチュラルヨガ 都美香		NEO		12:00~12:45 リフレッシュヨガ 武田己知子			11:45~12:30 GROUP CENTERGY YUKA	12:00~12:45 寝ヨガ 水野万由美		
13:00~13:30 バレト 都美香		13:15~13:45 フリーウェイトレクチャー	13:15~14:00 スイムトレーニング 寺倉佐夜夏		13:20~13:50 骨盤ケアストレッチ スタッフ		13:00~13:20 はじめてマシンツアー	12:50~13:10 体力測定			
14:00~14:45 UBOUNDO CHIAKI	14:00~14:45 身体改善ヨガ SHUNYA			14:45~15:30 パワーヨガ HIRO			14:00~14:20 フリーウェイトレクチャー	13:30~14:30 FIGHTDO KOTA KAZUKI		14:00~14:20 はじめてマシンツアー	13:45~14:30 ウォーターシェイプ 新野正法
				15:00~15:45 UBOUNDO YUKA REINA				14:50~15:50 BODYATTACK KOTA KAZUKI			
				16:05~16:50 POWER TAKUMA	16:00~16:45 リフレッシュヨガ HIRO			16:20~16:50 MEGADANZ YUKA	16:00~16:45 ピラティス【常温】 長尾佳美		16:00~17:00 スイムトレーニング TAKUMA
				17:10~17:40 FIGHTDO REINA				17:10~17:55 オリジナルエアロ 長尾佳美			17:15~17:45 スキルアップ TAKUMA
				18:00~18:45 JAZZ HIPHOP NANAMI							
		18:45~19:05 はじめてマシンツアー									
19:20~20:05 BODYATTACK YUHO	19:35~20:05 筋膜リリースストレッチ スタッフ										
20:30~21:15 FIGHTDO YUHO	20:40~21:25 UNIVERSAL YOGA MARS Chie		20:30~21:15 スイムトレーニング 森琴里								
21:35~22:20 ZUMBA Yukii											

★KAZUKIとGAKUSHINも参加! ?  
きつい筋トレも一緒にやれば  
乗り換えられる!  
暑い45分を一緒に過ごしましょう🔥

★コフホ!

★最大! 60分クラス

★最大! 60分クラス

★クイック・タッチターン★ 定員:10名  
ターンやスタート後の潜水キック、蹴伸び姿勢の練習を行ない、スキルアップを目指します。  
カッコいいターンを一緒に目指してみませんか?  
※25m泳げる方が対象のクラスです。

★バックナンバーMAX!

★バックナンバーMAX!