

8月10日 (月)			8月11日 (火・祝)			8月12日 (水)		
エキサイティング	ダークスタジオ	HOTスタジオ	エキサイティング	ダークスタジオ	HOTスタジオ	エキサイティング	ダークスタジオ	HOTスタジオ
10:30～11:15 CENTERGY RYO		10:30～11:15 リラクゼーション ホットヨガ 築地朋美	特別レッスン 10:30～11:15 FIGHTDO KOHHEI		10:30～11:15 キレイホットヨガ HIROKO	10:30～11:15 フロアピラティス HIROKO		特別レッスン 10:20～11:05 寝ヨガ 都美香
特別レッスン 12:00～12:45 MEGADANZ IYORI	11:35～12:20 【常温】リフレッシュヨガ kei	11:40～12:25 キレイホットヨガ 築地朋美	特別レッスン 11:35～12:20 LES MILLS BODYATTACK KOHHEI×NAMIKI		12:00～12:45 パワービューティ ホットヨガ TOMO	11:35～12:20 バレトン HIROKO		特別レッスン 11:25～12:10 全身リフレッシュヨガ atsumi
特別レッスン 13:05～13:55 ZUMBA IYORI		特別レッスン 13:00～13:45 ヒップアップピラティス Chihiro	特別レッスン 12:45～13:30 CENTERGY KOHHEI		13:05～13:50 リラクゼーション ホットヨガ TOMO	13:00～13:45 MEGADANZ WATARU		特別レッスン 12:50～13:35 夏のメンテナンスヨガ atsumi
		特別レッスン 14:05～14:50 肩こり改善ヨガ Chihiro			14:10～14:55 パワービューティ ホットヨガ 築地朋美	特別レッスン 14:05～14:50 UBOUND WATARU		14:05～14:50 リフレッシュヨガ TOMO
		17:25～18:10 リフレッシュヨガ 都美香	☆お盆限定コラボレッスン☆ スペシャルゲストとのコラボも盛りだくさん!!! 普段は見られないインストラクター同士の掛け合いにご注目ください●● 8/11(火) 11:35～12:20 BODY ATTACK 担当: KOHHEI×NAMIKI 8/12(水) 20:20～21:05 UBOUND 担当: HANA×NAMIKI 8/14(金) 20:15～21:00 BODY ATTACK 担当: YUHO×KOHHEI 21:25～22:10 POWER 担当: YUHO×NAMIKI 8/15(土) 10:30～11:30 FIGHTDO 担当: TATEMU×RYO				45分拡大!	
特別レッスン 18:35～19:20 CENTERGY 都美香		特別レッスン 18:30～19:15 バレエヨガ Chihiro				特別レッスン 19:15～20:00 FIGHTDO HANA		18:30～19:15 リラクゼーション ホットヨガ miho
特別レッスン 19:40～20:10 UBOUND KOHHEI		特別レッスン 19:35～20:20 ピラティスストレッチ Chihiro					20:00～20:30 筋膜リリースストレッチ スタッフ	19:35～20:20 キレイホットヨガ miho
特別レッスン 20:30～21:15 RADICAL POWER NAMIKI		特別レッスン 20:40～21:25 ミュージックフローヨガ Chihiro				特別レッスン 20:20～21:05 UBOUND HANA×NAMIKI		特別レッスン 20:40～21:25 全身引き締め 鬼ピラティス Chihiro
特別レッスン 21:35～22:20 FIGHTDO KOHHEI		特別レッスン 21:45～22:30 骨盤調整ヨガ NAHO				特別レッスン 21:25～22:10 LES MILLS BODYATTACK RYO		特別レッスン 21:45～22:30 骨盤調整ヨガ Chihiro

8月14日 (金)

8月15日 (土)

8月16日 (日)

エキサイティング	ダークスタジオ	HOTスタジオ	エキサイティング	ダークスタジオ	HOTスタジオ	エキサイティング	ダークスタジオ	HOTスタジオ
10:30～11:00 UBOUND RYO		特別レッスン 10:20～11:05 姿勢改善ヨガ Chihiro	特別レッスン 10:30～11:30 FIGHTDO TATEMU×RYO		10:30～11:15 ナチュラルヨガ kei	10:30～11:15 CENTERGY NAMIKI		10:45～11:30 マーシャルフローヨガ Matchy
11:30～12:00 FIGHTDO RYO	特別レッスン 11:20～12:05 【常温】ピラティスストレッチ Chihiro	11:30～12:15 キレイホットヨガ yumiko	60分!!! 12:00～12:45 LES MILLS BODYATTACK TATEMU	11:45～12:15 筋膜リリースストレッチ スタッフ	11:45～12:30 パワーヨガ kei	12:00～12:45 MEGADANZ Matchy	11:30～12:00 筋膜リリースストレッチ スタッフ	11:50～12:35 キレイホットヨガ TOMO
特別レッスン 12:30～13:15 J-POPダンス Chihiro	12:25～12:55 DARK & HOT OX スタッフ	特別レッスン 12:55～13:40 美脚&美尻ヨガ HIROKO	13:15～14:00 CENTERGY RYO		特別レッスン 13:00～13:45 アロマリフレッシュヨガ 加藤美里	13:15～14:00 UBOUND KOHHEI	12:25～12:55 DARK & HOT OX スタッフ	13:00～13:45 パワービューティ ホットヨガ rina
お盆限定! ヨガだけでなく実は ダンスもできちゃう!!! Chihiroインストラクター によるJPOPダンス45分! 何の曲をやるかは、 当日までのお楽しみ☆		14:00～14:45 パワービューティ ホットヨガ HIROKO		15:15～16:00 【常温】パワーヨガ Yasuko	14:40～15:25 ナチュラルヨガ 美保	14:30～15:15 FIGHTDO KOHHEI		16:25～17:10 ナチュラルヨガ Yasuko
		18:30～19:15 ナチュラルヨガ 飯嶋						
特別レッスン 19:10～19:55 MEGADANZ YUHO		特別レッスン 19:35～20:20 全身調整ヨガ 飯嶋						
特別レッスン 20:15～21:00 LES MILLS BODYATTACK YUHO×KOHHEI		特別レッスン 20:40～21:25 お腹痩せピラティス Chihiro						
特別レッスン 21:25～22:10 RADICAL POWER YUHO×NAMIKI	21:00～21:30 DARK & HOT OX スタッフ	特別レッスン 21:45～22:30 筋膜リリースホットヨガ Chihiro						

★SpecialGuest★

8/10(月) IYORI

マイスタイル豊田からIYORIが登場!!!
MEGADANZとZUMBAのダンスレッスン2本立て! IYORIと一緒にLet's Dance♪

8/12(水) HANA

マイスタイル豊田からHANAがカムバック!!
久しぶりにHANAの歌声を聴けるチャンスかも、!?お楽しみに!!

8/14(金) YUHO

覚王山から自称豊明のプリンスことYUHOが帰ってくる!!!
豪華3本立てでお送りいたします! 3本目までYUHOと一緒に楽しみましょう!

8/15(土) TATEMU

今回もTATEMUが登場!!!
アイレクスNO. 1の高～いジャンプとキレッキレの動きにご期待ください☆

ヨガレッスンについて

特別スケジュール期間のため、通常とは異なるヨガレッスン
もございます。

「ヨガ (特別レッスン)」や「ホットヨガ (特別レッスン)」と
予約画面に表示されるレッスンもございますので、スケジ
ュール表で内容を確認のうえご予約くださいませ。