

スタジオプログラムスケジュール 変更案内

時間	3/14 (木)	時間	3/21 (木)	時間	3/24 (日)	
10:00		10:00		10:00		
11:00		11:00		11:00		
12:00		12:00		12:00		
12:15	ボディコンディショニング 12:15-12:45 柏原	12:15		12:15	ボディコンディショニング 12:15-12:45 柏原	
12:30		12:30		12:30		
12:45		12:45		12:45		
13:00	ZUMBA 45 13:00-13:45 KEN	13:00	LES MILLS PARTY 13:00-15:00 ※予約制 フロントでご予約ください!! 定員35名	13:00	美トレ 13:00-13:30 KEN	
13:15		13:15			13:15	
13:30		13:30			13:30	
13:45		13:45			13:45	LES MILLS BODY COMBAT 45 13:45-14:30 KEN
14:00	ストレッチ 14:00-14:30 柏原	14:00			14:00	
14:15		14:15			14:15	
14:30		14:30			14:30	
14:45		14:45			14:45	LES MILLS BODY ATTACK 30 14:45-15:15 TAIGA
15:00		15:00			15:00	
16:00		16:00			16:00	
17:00		17:00		17:00		
18:00		18:00		18:00		
18:15		18:15		18:15		
18:30		18:30		18:30		
18:45		18:45		18:45		
19:00		19:00	閉館	19:00	閉館	
19:15	ZUMBA 45 19:15-20:00 KEN					
19:30						
19:45						
20:00	LES MILLS BODY ATTACK30 20:15-20:45 TAIGA					
20:15						
20:30						
20:45						
21:00						
21:15						
21:30						
21:45						
22:00	閉館					



Instagram

はじめました!



facebook
 はじめました
 「いいね!」からはじまるコミュニケーション



ご確認の上、お間違えのないよう参加お願いします。