

定員変更スタジオプログラム

6月1日（木）より新型コロナウイルス5類移行に伴い、
スタジオプログラムの定員数を緩和させていただきます。

月	火	水	木	金	土	日
9:30～10:30 健康ヨガ 定員 50名	9:30～10:00 ストレッチ 定員 50名	9:45～10:35 背骨コンディ ショニング 定員 50名	10:00～11:00 ファンエアロ 定員 50名	10:00～11:00 筋コン& ストレッチ 定員 50名	10:45～11:45 ファンエアロ 定員 50名	10:45～11:30 レップ リーボック 定員 40名
10:45～11:30 おためし エアロ 定員 50名	10:10～10:55 おためし ステップ 定員 40名	10:50～11:35 おためし エアロ 定員 50名	11:15～12:05 シェイプI 定員 50名	11:20～12:20 初めて太極拳 定員 50名	13:20～14:05 レップ リーボック 定員 40名	11:45～12:35 オリジナル ダンス 定員 50名
11:45～12:35 シェイプI 定員 50名	11:10～12:10 健康ヨガ 定員 50名	11:45～12:35 シェイプI 定員 50名	12:20～13:20 健康ヨガ 定員 50名	14:10～14:55 Zumba 定員 50名	14:20～15:10 シェイプI 定員 50名	12:45～13:15 肩腰スッキリ 定員 30名
19:20～20:10 HOOP BOON 定員 14名	12:20～13:35 ジャズ 定員 50名	14:00～14:45 レップ リーボック 定員 40名	13:30～14:30 フィットネス フラ 定員 35名	15:05～16:05 ピラティス 定員 50名	15:20～16:10 シェイプ ステップ 定員 40名	13:30～14:15 ラテン 定員 50名
20:25～21:10 バレトン 定員 50名	20:10～21:10 初めて太極拳 定員 50名	19:00～19:50 オリジナル ダンス 定員 50名	19:15～20:00 初めて ヒップホップ 定員 50名	19:00～19:50 健康ヨガ 定員 50名	16:30～17:30 ルーシー ダットン 定員 50名	14:30～15:30 オリジナル ダンス 定員 50名
21:25～22:10 初めて ヒップホップ 定員 50名		20:00～21:00 初めてクラ シックバレエ 定員 28名	20:15～21:00 Zumba 定員 50名	20:00～20:50 ハイブリッド ボクシング® (タートルクラス) 定員 50名	17:40～18:40 骨盤 ストレッチ 定員 50名	15:40～16:30 シェイプI 定員 50名
		21:15～22:15 ラテン 定員 50名	21:15～22:05 バーチャル ボクシング® ベーシック 定員 50名			16:45～17:30 レップ リーボック 定員 40名

※有料スクールの記載はございません