



7月13日（土）特別スケジュール



グループエクササイズ タイムスケジュール

	Studio Natural	Studio Volcano	GYM	
9:00				9:00
9:30				9:30
10:00	9:30~10:30 ボディパンプ60 ~ Summer PUMP ~ 一輝	9:20~10:10 ペルビックストレッチ ~Warm~ 桂井由佳里		10:00
10:30			10:30~11:00 パワープレートサーキット	10:30
11:00	10:50~11:40 フラダンス ~海辺~ 甲斐由美子	10:25~11:15 整体オリジナル ~Warm~ 竹田真知枝		11:00
11:30				11:30
12:00	11:55~12:25 CXWORX 佐野真太	11:30~12:15 リラックスヨガ ~Warm~ 倉又由紀子		12:00
12:30				12:30
13:00	12:45~13:30 美コアリズム シェイプ 川口加奈恵	12:30~13:15 コアピラティス ~Warm~ 鈴木章子		13:00
13:30		aroma	13:30~14:00 パワープレートサーキット	13:30
14:00	13:45~14:45 ファイティング エクササイズ 山本晃子	13:30~14:20 岩盤浴 Free Time		14:00
14:30				14:30
15:00	15:00~15:45 GRIT 佐竹真太郎	14:35~15:25 Volcano Yoga リフレッシュ 川口加奈恵		15:00
15:30			16:30~16:55 パワープレートサーキット	15:30
16:00	16:00~17:00 YUMI	15:40~16:30 Volcano Yoga デトックス Makiko		16:00
16:30			16:30~16:55 パワープレートサーキット	16:30
17:00	17:15~18:00 山本綾音	UNIVERSAL YOGA MARS 西田りえ		17:00
17:30			イベントクラス	17:30
18:00	18:15~19:15 J-POP DANCE GROOVE 藤原将太	18:00~18:45 VolcanoYoga コリオ 川田美央		18:00
18:30			イベントクラス	18:30
19:00	19:30~20:15 ボディコンバット45 白川貴史	19:00~20:00 Volcano Yoga アドバンス NAO		19:00
19:30			イベントクラス	19:30
20:00				19:30
20:30			イベントクラス	20:00
20:30				20:30











営業時間 9:00~21:00



7月14日（日）特別スケジュール



グループエクササイズ タイムスケジュール

	Studio Natural	Studio Volcano	GYM	
9:00				9:00
9:30	9:20~10:05  ZUMBA 尾島真理	9:20~10:20 Volcano Yoga デトックス 平庭愛子	 	9:30
10:00				10:00
10:30	10:20~11:20 背骨 コンディショニング 永井宏子	10:35~11:20 骨格メイク <i>Re:style</i> HOT 田村千枝		10:30
11:00				11:00
11:30				11:30
12:00	11:35~12:20 ステップライト 大島さやか	 11:35~12:25  西田りえ		12:00
12:30				12:30
13:00	12:35~13:35 HIP HOP	aroma 12:40~13:35 岩盤浴 Free Time	12:30~13:00 パワープレートサーキット	13:00
13:30	OSSHI		13:30~14:00 パワープレートサーキット	13:30
14:00	13:50~14:50 ボディコンバット60 大森愛莉	13:50~14:50 VolcanoYoga ミドル Shige		14:00
14:30				14:30
15:00				15:00
15:30	 15:05~15:50 床バレエ Ayana	15:05~16:05 Volcano Yoga 骨盤調整 REIKO		15:30
16:00				16:00
16:30	 16:10~16:55 美コアリズム シェイプ 大森愛莉	16:20~17:10 Volcano Yoga デトックス 尾島真理	16:30~16:55 パワープレートサーキット	16:30
17:00				17:00
17:30	 17:15~18:15 BODYPUMP&CXWORX 米山尚也	17:25~18:15 Volcano Yoga ミドル Morita		17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00	 18:35~19:05 佐々木瑤	18:30~19:15 Volcano Yoga リフレッシュ 西田りえ		19:00
19:30				19:30
20:00	営業時間 9:00~20:00			20:00



イベントクラス



備品使用クラス

aroma

アロマクラス