

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日												
	Standard Studio	Volcano Studio	Gym	Standard Studio	Volcano Studio	Gym	Standard Studio	Volcano Studio	Gym	Standard Studio	Volcano Studio	Gym	Standard Studio	Volcano Studio	Gym	Standard Studio	Volcano Studio	Gym
7:00																		
7:30																		
8:00	7:30～8:15 リラックスヨガ45 FUKUKO																	
8:30																		
9:00																		
9:30																		
10:00	9:55～10:40 LES MILLS BODYCOMBAT 横山雄雄	10:15～11:00 Volcano Yoga ヒギナー45 高智加奈子	10:15～10:45 マンツーマンサポート	10:15～11:00 美輪ラインストレッチ45 金子美穂	10:15～11:00 Volcano Yoga リンパフロー45 辻美実希	10:15～10:45 マンツーマンサポート	10:15～11:00 DISCO 清水あかね	10:15～11:00 Volcano Yoga 骨盤調整45 青野有希	10:15～10:45 マンツーマンサポート	9:55～10:40 LES MILLS BODYPUMP Halchael	10:15～11:00 Volcano Yoga ヒギナー45 keiko	10:15～10:45 マンツーマンサポート	9:00～9:45 協栄シェイプボクシング MIWA	9:25～10:10 Volcano Yoga 骨盤調整45 内庭美砂	9:00～9:45 ベリーダンス ベリー ANNA	9:00～9:30 サウンドバス30 NEW		
10:30																		
11:00	11:00～11:45 LES MILLS BODYPUMP 渡川裕司	11:20～12:05 Volcano Yoga 骨盤調整45 高智加奈子	11:15～11:45 マンツーマンサポート	11:15～12:00 背骨コンディショニング 米村和枝	11:30～12:15 Volcano Yoga リフレッシュ45 AYAKO	11:15～11:45 マンツーマンサポート	10:55～11:40 ピラティス45 田中遥香	11:20～12:05 Volcano Yoga オリジナル45 青野有希	11:15～11:45 マンツーマンサポート	11:00～11:45 美輪フェイス45 リル	11:20～12:05 Volcano Yoga リフレッシュ45 辻美実希	11:15～11:45 マンツーマンサポート	11:20～12:05 美輪ラインエクササイズ リル	10:15～11:00 LES MILLS BODYPUMP TAKEMI	10:30～11:15 Volcano Yoga リンパフロー45 内庭美砂	10:00～10:45 テーマパークダンス Ayaka	10:15～10:45 マンツーマンサポート	9:50～10:35 WOW!! HIP しんい
11:30																		
12:00	12:05～12:50 UBOUND TAKEMI	12:25～13:10 Volcano Yoga オリジナル45 keiko	12:15～12:45 マンツーマンサポート	12:15～13:00 LES MILLS BODYCOMBAT ENIKO	12:30～13:00 HOT FREE	12:15～12:45 マンツーマンサポート	11:55～12:40 A-FIT BOX ※名称変更 Aya	12:25～13:10 Volcano Yoga 筋力リリースヨガ AYAKO	12:15～12:45 マンツーマンサポート	12:00～12:45 ZUMBA 和田蘭子	12:25～13:10 Volcano Yoga 骨盤調整45 CHIE	12:15～12:45 マンツーマンサポート	12:25～13:10 DANCE MISAKI	11:35～12:20 Volcano Yoga デトックス45 ENIKO	12:05～12:50 LES MILLS BODYATTACK 土屋優貴	12:05～12:50 Volcano Yoga ミドル45 佐久間結子	12:15～12:45 マンツーマンサポート	11:50～11:45 LES MILLS BODYPUMP 中村 大介
12:30																		
13:00	13:10～13:55 LES MILLS BODYBALANCE ERIKO	13:30～17:00 FREETIME ご予約おしてご利用可能です	13:15～13:45 マンツーマンサポート	13:15～14:00 LES MILLS DANCE MISAKI	13:35～14:20 Volcano Yoga オリジナル45 Mizuko	13:15～13:45 マンツーマンサポート	13:50～14:35 LES MILLS BODYCOMBAT Halchael	13:30～13:45 LES MILLS BODYBALANCE 奥山綾子	13:15～13:45 マンツーマンサポート	13:00～13:45 LES MILLS BODYBALANCE TAKEMI	13:25～13:10 Volcano Yoga リフレッシュ45 MISAKI	13:15～13:45 マンツーマンサポート	13:30～14:15 LES MILLS BODYBALANCE ERIKO	12:40～13:25 Volcano 美輪フェイス45 リル	12:05～12:50 Volcano Yoga リンパフロー45 Mizuko	13:10～13:55 UBOUND TAKEMI	13:10～13:55 Volcano Yoga リンパフロー45 Mizuko	13:15～13:45 マンツーマンサポート
13:30																		
14:00																		
14:30																		
15:00																		
15:30																		
16:00																		
16:30																		
17:00																		
17:30																		
18:00																		
18:30	18:15～18:45 LES MILLS BODYCOMBAT SHUNYA	18:30～19:15 Volcano Yoga ヒギナー45 尾代智子	18:15～18:45 マンツーマンサポート	18:15～19:00 MEGADANZ YUNKO	18:30～19:15 Volcano Yoga リンパフロー45 横谷敦	18:15～18:45 マンツーマンサポート	18:15～19:00 UBOUND Halchael	18:15～18:4										