

2月11日(火) 建国記念の日

グループエクササイズ タイムスケジュール

	BLUE Studio	RED Studio	Volcano Studio	
8:00	42名予約制	28名予約制	40名予約制	8:00
8:30			8:30~10:00	8:30
9:00	8:45~9:30 BODY PUMP	8:40~9:25 BODY COMBAT	岩盤浴 Free Time (予約不要)	9:00
9:30	VR (予約不要)	VR (予約不要)		9:30
10:00				10:00
10:30	10:15~11:00 LES MILLS BODYCOMBAT YUHI	10:15~11:00 フラダンス 中村 麻衣	女性 10:30~11:15 Volcano Yoga リフレッシュ 本庄 悦子	10:30
11:00				11:00
11:30	11:25~12:10 チョアチョアフィット 松田 愛子	11:20~12:05 ANIMAL FLOW & コア Lucas		11:30
12:00			12:00~12:45 Volcano Yoga ミドル AI	12:00
12:30	12:30~13:15 リラックスヨガ チカコ	12:30~13:15 Wow! HIP Lucas		12:30
13:00				13:00
13:30			13:15~14:00 Volcano Yoga デトックス Sayaka	13:30
14:00	有料 14:00~15:00 LES MILLS BODYATTACK 池袋店スタッフジョイント Wakako & 坪松 美穂	13:40~14:25 UBOUND 関根 隆介		14:00
14:30			14:15~15:30 岩盤浴 Free Time (予約不要)	14:30
15:00				15:00
15:30	有料 15:30~16:30 LES MILLS BODYCOMBAT 池袋店スタッフジョイント kaho & 井上 暁斗	16:00~17:00 biima Sports		15:30
16:00			16:00~16:45 Volcano ピラティス 畠山 和江	16:00
16:30				16:30
17:00	17:00~17:45 LES MILLS BODYBALANCE 矢内 麻美	17:10~18:10 biima Sports	17:15~18:00 Volcano Yoga リンパフロー 松成 広子	17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30	18:10~18:40 Wow! CORE 矢内 麻美			18:30
19:00				19:00
19:30	営業時間 8:00~20:00 シムエリアのみ 0:00~24:00			19:30
20:00				20:00