



2024年7月15日(月)海の日

6月23日(日)0:00よりWEB予約開始!

有料イベントクラス申し込み方法、予約開始日は別紙参照

レッスンにご参加の際はWEBサービスより事前に座席をご予約ください

	Studio Natural	Studio Volcano	GYM	
8:00				8:00
8:30				8:30
9:00	8:35~9:35 RITMOS 佐藤陽子 Yoko's special back number	8:30~9:15 VolcanoYoga ビギナー 井坂友紀		9:00
9:30				9:30
10:00	10:00~10:45 ファイティングエクササイズ 松本彩	9:45~10:30 VolcanoYoga リフレッシュ 井坂友紀	10:15~10:45 TILT	10:00
10:30				10:30
11:00		11:00~11:45 Wow! HIP KANA	11:15~11:45 TILT	11:00
11:30	11:15~12:00 リラックスヨガ 加地由樹子			11:30
12:00				12:00
12:30	12:25~13:25 LES MILLS BODY PUMP Ruri×あい	12:15~13:00 VolcanoYoga デトックス KANA	12:15~12:45 TILT	12:30
13:00				13:00
13:30		13:25~14:10 VolcanoYoga ビギナー mie	13:15~13:45 TILT	13:30
14:00	13:55~14:40 LES MILLS BODY BALANCE あい×Ruri		14:15~14:45 TILT	14:00
14:30		14:40~15:25 VolcanoYoga リフレッシュ mie		14:30
15:00			15:15~15:45 TILT	15:00
15:30	15:10~15:55 LES MILLS BODY JAM Luna×吉永伶史			15:30
16:00		16:00~16:45 VolcanoYoga ビギナー モリーニョユミコ	16:15~16:45 TILT	16:00
16:30	16:25~17:25 LES MILLS BODY COMBAT 吉永伶史×Luna			16:30
17:00		17:00~17:45 VolcanoYoga 骨盤調整 モリーニョユミコ	17:15~17:45 TILT	17:00
17:30				17:30
18:00	17:55~18:40 ZUMBA 尾島真理		18:15~18:45 TILT	18:00
18:30				18:30
19:00				19:00
19:30				19:30
20:00				20:00

祝日営業時間 8:00~20:00

	有料イベントプログラム		無料イベントプログラム		岩盤ホットクラス
--	-------------	--	-------------	--	----------