

3月21日(火・祝)春分の日特別プログラム

Time	STUDIO 1st 【定員28名】	STUDIO HOT 【定員20名】
9:30~		HOTヨガ 9:30-10:30
10:00~	サーキットシェイプ 10:00-10:45 NORI	あかね
10:30~		
11:00~		HOTヨガ 10:45-11:45
11:30~	筋膜リリース 下半身痩せスペシャル 11:15-12:00 澤野敦	あかね
12:00~		
12:30~	K-POPダンス 12:15-13:00 CHELCY	
13:00~		
13:30~	ボディメンテナンスヨガ 13:15-14:00 CAPPY	HOTヨガ 13:15-14:15
14:00~		SEIRA
14:30~	ディスコエアロ 15:15-16:00 CAPPY	HOTヨガ 14:30-15:30
15:00~		
15:30~	ズンバ 15:15-16:00 ICHIKO	megumi
16:00~		HOTヨガ 15:45-16:45
16:30~	バレエ初級 16:30-17:30 芹澤創	KAORI
17:00~		HOTエナジーヨガ 17:00-17:45 KAORI
17:30~		
18:00~		HOTヨガ 18:00-19:00
18:30~		
19:00~		sawa
19:30~		
20:00~		

※3/21日は21時までの営業でございます。