



9月23日(火・祝)秋分の日特別プログラム

Time	STUDIO 1st 【定員28名】	STUDIO 2nd	STUDIO HOT 【定員20名】
9:00~			
9:30~	スタイリッシュヨガ 9:30-10:15 Hiromi		HOTデトックスヨガ 9:30-10:30 あかね
10:00~			
10:30~	ズンバ 10:30-11:15 CHELCY		HOTベーシックヨガ 10:45-11:45 あかね
11:00~		※シアターダンス 11:00-12:00 真輝いづみ	
11:30~	サーキットシェイプ 11:30-12:15 NORI		
12:00~		※シアターJAZZ 12:15-13:15 仲本詩菜	
12:30~	骨盤美容整体& ストレッチ 12:30-13:15 澤野敦		
13:00~			HOTベーシックヨガ 13:30-14:30 MISAKI
13:30~	ボディメンテナンスヨガ 13:30-14:15 CAPPY		
14:00~		※シアターダンス 14:00-15:00 冴月瑠那	
14:30~	ディスコエアロ 14:30-15:15 CAPPY		
15:00~			
15:30~			HOTフローヨガ 15:30-16:30 momo
16:00~			
16:30~			
17:00~		※シアターJAZZ初級 17:00-18:00 隼海 惺	HOTベーシックヨガ 17:00-18:00 宗本汐理
17:30~			
18:00~			
18:30~		※バレエ初中級 18:15-19:45 羽織夕夏	
19:00~			
19:30~			
20:00~			

※マークはプレミアムレッスンです。

※9/23日は21時までの営業でございます。