	TNESS ( 時間	LUBH	HRO 平日~22:30 土・日・祝~21:00			12	月スケジ			馆目2		12 = (4	<b>E</b> ) 22 <b>E</b>	(月) 29		30日(从	()31日					
ゴスリ	HJ IHI	月曜日	土・日・祝 ~21:00		火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
引	1st studio		Hot Germa	1st studio		Hot Germa	1st studio		Hot Germa	1st studio		Hot Germa	1st studio		Hot Germa	1st studio		Hot Germa	1st studio		Hot Germa	時間
	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	
)																		HOT			HOT	9:00
5																マーシャル		フローヨガ			フローヨガ	
)	Total		HOT			HOT			H0Tヨガ&							ボディメイク		9:00-10:00			9:00-10:00	9:30
0	conditioning 0.20-10.15 ■		ベーシックヨガ 9・30-10・30		スタイリッシュヨカ	サ 9·30-10·30	パロースカルプト		防 限 リリー 人 0・30 10・30	(定員:25名)		HOT ベーシックヨガ			HOT パワーヨガ	9:15-10:00		megumi		朝バレエ 9:40-10:40	aral	9:45
5	Julian		megumi		10:00-10:4		10:00-10:45		Miku	ボディスカルプト		9:45-10:45			9:45-10:45	中国宮廷気功		HOT		塚本晃司		10:15
0	ボディケア				Hiromi		川村映美子			10:00-10:45		Yoshiko	ベーシックヨガ		EMMA	10:15-11:00		デトックスヨガ	j	(定員15名)	HOT	10:30
5	10:30-11:30		HOT			HOT	(定員25名)			川村映美子			ヨガ			倉林恵		10:15-11:15			フローヨガ	10:45
0	石渡美弥子		リラックスヨガ			ベーシックヨガ 10.50 11.50	タンスエアロ 11:00 11:45		HOT	Dance Fit		LIOT	10:30-11:30		HOT ボディメイクヨナ	j		あかね	リトモス 11:00 11:4		10:30-11:30	11:00
0			megumi	11·15-12·00		arai	田口傷壴		Trックスコル 10.55-11.55	田口傷壴		HOT ベーシックョナ	真木薫		ハティブインコン 11·00-12·00	11.15-12.00		HOT	Keiko		IVIIOANI	11:15
	リセットヨガ		11108 dilli	NORI					Miya			11:15-12:15	ボディシェイプ		Teru	CHELCY		リラックスヨガ	j Control Control			11:45
	11:45-12:30									リンパケアヨガ		KOU	11:45-12:30					11:30-12:30			HOT	12:00
5	愛奈			骨盤ストレッチ			顔 3 方 &			12:00-12:45			CAPPY			K-POP		あかね	BODYPUM		ベーシックヨガ	12:15
0	DODIIMO			&美容整体 12:15-13:00			リラックスフロー			AYAME		フェイスタオルを			出のT 次表址=田本ケー→	ダンス初級 * 12:15 12:00		HOT	12:15-13:0 ====================================		12:00-13:00	12:30
0	12.45-13.30		HOT				12:10-12:55 Miya					お持ちください	ステップ 初級		<b>安野神童コ</b> 人 12·30-13·30	12:15-13:00 CHFI CY		ベーシックヨガ	文字(23名) (定員:23名)		YOSHIKO	12:45 13:00
5	東泰成		デトックスヨガ	7十一一丁丁八			リトモス				JAZZ HIPHOF		12:45-13:30		明日美	ストレッチ		12:45-13:45	ピラティス		★美Start	
0	(定員:23名)		13:00-14:00	ボディ		HOT	13:10-13:55		HOT		13:15-14:00	)	NORI			フローヨガ		高橋美穂	13:15-14:0	0	みさきグループレッスン	13:30
	K-POPダンス		SAORI	メンテナンスヨガ		フローヨガ	YUNA		デトックスヨガ		ひかちゆー	- HOT	ジャイロキネシス			13:15-14:00			ayana		(有料/定員12名)	13:45
5	13:45-14:30			13:30-14:15 CAPPY		13:30-14:30			13:30-14:30			デトックスヨガ 1 2 4 5 1 4 4 5	13:45-14:30 +=++++		フローヨガ 1 2 4 5 1 4 4 4	愛奈		HOT		7 L I	13:15-14:15	
0	エリまき			プイスコエアロ			ENJOY STEP		IVIIKU	スンバ 14·15–15·00		13:45-14:45	坂本博美		13:45-14:4: Kozue			フローヨガ		ストレッチアロマヨガ		14:15
	アロマカキラ			14:30-15:15		16日:SAORI	14:05-14:50			Haru			リトモス	マイセルフ				14:15-15:15	5	14:10-14:55		14:45
0	~ストレス緩和~			CAPPY		9.23日:arai	CAPPY							ボディケア				KOU		理絵		15:00
5	14:45-15:30						フラダンス			ボディ			田口優喜	14:45-15:30			フェイスタオルを			バレエ初級		15:15
<b>0</b>	シノブ						入門·初級			メンテナンス				川村映美子			お持ちください	HOT	バレエ初級 のレッスンは		ベーシックヨガ 15.15 16.15	
0			HOT				15:05-15:50 城フラスタジオ			15:20-16:05 Haru						調替わりレッスン		15·30-16·30	どちらか1本	萩原由美子(定員15名)		15:45 16:00
5			ボディメイクヨガ										6日K-POPダン 13日ストリート			16:00-16:45		KOU	です			16:15
0			16:00-17:00										20日K-POPダ 27日ストリート	ンス: CHELCY						バレエ初級	HOT	16:30
.5			momo																ズンバ	16:30-17:30	フローヨガ	
5						HOT										HIPHOP初級 17:00-17:45			16:45-1/:3	秋原田美子(定員15名)	16:30-17:30 N/IQAKI	17:00 17:15
0						フローヨガ						HOT				あきえっていー			画ルノム干	人に見り石ノ		17:13
5						17:15-18:15	-					フローヨガ						HOT			爆汗筋膜	17:45
0						Miku						17:30-18:30				BODY PUMP		ベーシックヨガ	֓֞֞֞֞֞֞֞֞֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓֓		リリース	18:00
5									HOTリラクゼーション	4m 4 —		Miku				18:00-18:45		17:45—18:45	5		17:45-18:45	18:15
5			18·30-19·15							初めてのベリーダンス						収収の( <i></i>		YOSNIKO			momo	18:30 18:45
0			坂詩友美					バレエ初級		18:30-19:15			美尻トレーニング			(C)						19:00
5	リトモス			フローヨガ				19:00-20:00		伊藤友美			19:00-19:45									19:15
0	19:15-20:00		HOT骨盤	19:15-20:00		HOT	ボディメイクヨガ			ボディスカルプト		HOT	Sawa		HOT							19:30
5	YUNA		エクササイズ	Miku		ベーシックヨガ	19:30-20:15	(定員15名)	リンパマッサーシ	19:30-20:15		デトックスヨガ			骨盤調整3大	ター ター ハフトノヘ の・	 	りが必要です。必ず	デデ系約なしてからっ	→ 終加けださい		19:45
5	アシュタンガヨガ		19:30-20:30			19:30-20:30 NAADIE	kozue		19:30-20:15 澤野敦	金子智思 (完昌25名)		19:30-20:30	ストレッチフローヨガ				先のレッスンを最大	10レッスンまで予約	的可能です。			20:00
0	20:15-21:00		グロログ大	BODY COMBAT			スンバ			ルリスの初いバルスを		17. 水外人大	20:00-20:45			<ul><li>●キャンセルは1時</li><li>●土日の12時台ス</li></ul>				Fヤンセルは無断キャ ていただきます。	ンセルとなります。	20:13
5	Teru		HOT	20:30-21:15		HOT	20:30-21:15			20:30-21:30		HOT	kozue		HOT	●スタジオへのごえ		「能です。(バレエの			。)レッスン開始時	
0			ベーシックヨガ	BATCH		骨盤調整ヨガ	大石洋佑		ベーシックヨガ	芹澤創		ベーシックヨガ			ベーシックヨカ	ず ☆美Start みさきた		料でございます。こ	フィットネスクラブ広	尾会員様3,000円(	脱込)定員10名。ご	21:00
5			20:45-21:45			20:45-21:45			20:45-21:45	(定員24名)		20:45-21:45			20:45-21:45	רבייטיייייייייייייייייייייייייייייייייי	ー・の ノの フ 。 以口とソクリ不	ンンババロ				21:15
5			MARIE			MARIE			示本汐理			IVIISAKI			IVIARIE							21:30
-											3ガプログラ.											<u></u>