

4月 【日曜日スタジオプログラム表】

訂正版

	時間	プログラム名	担当	スタジオ	予約
6日	12:00~13:00	トップライド60	太田（真）	2	○
	14:30~15:15	SANDKICKBOX	堀籠	2	○
	16:30~17:15	RPM45	河西	2	
	10:30~11:00	ボディコンバット▶	バーチャル	3	
	10:30~11:15	ジャズダンス	前島	1	
	11:30~12:00	メガダンス	山岸	1	
	12:15~12:45	ZUMBA	山岸	1	
	13:00~13:45	ピラティス	小林（亜）	1	
	14:00~14:45	かんたんステップ台エクササイズ	甘利	1	
13日	13:15~13:45	RPM30	太田（知）	2	
	10:30~11:00	ボディアタック▶	バーチャル	3	
	13:15~13:45	レズミルズダンス▶	バーチャル	3	
	11:15~12:15	ベリーダンス（●第4チャクラ緑）	前島	1	
	14:00~14:30	FIGHTDO	太田（知）	1	
	14:45~15:15	X55	有井	1	
	15:30~16:00	LESMILS CORE	有井	1	
	16:30~17:15	ボディパンプ45	河西	1	
20日	12:15~13:15	エアリアルヨガ（低空）	市川	2	○
	14:30~15:15	SANDKICKBOX	堀籠	2	○
	10:30~11:00	ボディコンバット▶	バーチャル	3	
	11:15~12:15	ジャズダンス	前島	1	
	13:15~14:15	ZUMBA60	太田（知）	1	
	14:30~15:30	ボディパンプ60	太田（真）	1	
27日	13:15~14:15	RPM60	太田（知）	2	
	10:30~11:00	ボディアタック▶	バーチャル	3	
	13:45~14:15	レズミルズダンス▶	バーチャル	3	
	11:15~12:15	ベリーダンス（●第3チャクラ黄）	前島	1	
	12:30~13:30	ラテンエクスペレスコンサルサ®	甘利	1	
	14:30~15:30	BAILABAILA60	太田（真）	1	
	16:30~17:15	ボディパンプ45	河西	1	

4月29日(火・祝)

最新版

	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ホットヨガ スタジオ	プール	子供 スタジオ
10:30						
11:00	10:30~ ピラティス 小山(奈) 📱	10:40~ 10:55 初心者向け Uバウンド15 (予約なし)				
11:30	11:15~ ピラティス 小山(奈) 📱	11:10~ Uバウンド 太田(真) 📱📱		11:30~ 12:30 ホットヨガ& ピラティス 小林(亜) ❤️📱	11:00~ 11:45 アクアイベント 古越 & 大塩 ※別紙参照	
12:00						
12:30	12:05~ ボディパンプ 太田(真) 📱					12:15~ 13:00 ボディケア リンパ 📱
13:00	12:50~ シンプルヨガ 井出(智) 📱					
13:30		13:15~ 14:15 RPM45 +テクニック 河西 📱	13:30~ 14:10 Uバウンド 初心者向け 堀田 📱📱		13:00~ 13:45 アクアイベント 近藤 & 大塩 ※別紙参照	13:30~ ピラティス 小林(亜) 📱
14:00	13:30~ 14:15 シンプルヨガ 井出(智) 📱					
14:30						
15:00	14:30~ 15:15 ラテンエクス プレス コンサルサ® 甘利 📱	14:40~ 15:25 SAND KICKBOX 堀籠 📱📱	14:40~ BODY COMBAT コンバット▶	14:45~ 15:45 ゆるヨガ 池田 ❤️📱		
15:30						
16:00	15:30~ 16:15 ZUMBA 山岸 📱	16:00~ 17:00 エアリアル ヨガ (アクティブ) 前島 初中級 📱📱				
16:30						
17:00					16:30~ 17:15 アクアイベント 山岸 & 古越 ※別紙参照	
17:30						