年末年始☆スタジオスケジュール（2014～2015）

予約制
11:20～11:50
5名
11:50～12:20
5名
※予約はﾌﾛﾝﾄにて
12/26(金)6:00～
受付開始

12/30(火)

- 身美温癒45 12:20～13:05 中岡 桜 【定員40名】
- 美ラインプラス45 13:30～14:15 中岡 桜 【定員40名】
- ホットピラティス45 16:10～16:55 駒井 慎治 【定員40名】
- 蘇りボディ30 10:30～11:00 泉理絵 【定員20名】
- フレックスストレッチ30 15:25～15:55 佐々木 優光 【定員20名】
- 歌謡舞踊60 11:15～12:15 辻村 芳道 【定員40名】
- エアロ30 13:15～13:45 駒井 慎治 【定員40名】
- U－BOUND45 14:30～15:15 駒井 慎治 【定員25名】
- アクア30 10:30～11:00 岡崎 良子
- 自分の泳ぎを見てみよう！ ﾋﾞﾃﾞｵ撮影/予約制 11:20～12:20 岡崎 良子 【定員10名】

12/31(水)

- ヨガ美禅スペシャル ヨガ美禅 緩解30 10:30～11:00 中岡 桜＆関 直登 【定員40名】
- ヨガ美禅 癒安30 11:10～11:40 中岡 桜＆関 直登 【定員40名】
- 身美温癒45 12:30～13:15 泉 理絵 【定員40名】
- ゆらり動15 15:00～15:15 白木 陽 【定員40名】
- 蘇りボディ45 10:25～11:10 佐々木 優光 【定員20名】
- ｽﾄﾚｯﾁｵﾌﾞﾊﾞﾝﾄﾞ30 14:10～14:40 泉 理絵 【定員20名】
- ベーシックウォーキング30 10:55～11:25 辻村 芳道
- GROUP POWER45 11:40～12:25 佐々木 優光 【定員18名】
- FIGHT DO30 12:55～13:25 佐々木 優光 【定員30名】
- 歌謡舞踊60 15:00～16:00 辻村 芳道 【定員40名】

1/1(木)

- ゆらり動15 11:30～11:45 駒井 慎治 【定員40名】
- ホットピラティス45 12:30～13:15 駒井 慎治 【定員40名】
- カラダ改造 11:15～12:00 佐々木 優光＆関 直登 【定員20名】
- FIGHT DO45 12:20～13:05 佐々木 優光 【定員30名】
- POWER BOUND60 14:00～15:00 佐々木 優光＆駒井 慎治 【定員18名】
- ﾌﾚｯｸｽｽﾄﾚｯﾁ30 16:00～16:30 佐々木 優光 【定員20名】

予約制
※予約はﾌﾛﾝﾄにて
12/26(金)6:00～
受付開始

1/2(金)

- ヨガ美禅 緩解30 13:00～13:30 関 直登 【定員40名】
- ヨガ美禅 癒安30 13:40～14:10 関 直登 【定員40名】
- ゆらり動ｽﾍﾟｼｬﾙ30 16:40～17:10 駒井 慎治＆白木 陽 【定員40名】
- 蘇りスペシャル45 10:30～11:15 佐々木 優光 【定員20名】
- 身美温癒45 14:25～15:10 河内 典子 【定員20名】
- GROUP POWER60 11:40～12:40 佐々木 優光 【定員18名】
- U－BOUND45 13:10～13:55 駒井 慎治 【定員25名】
- リトモス45 15:25～16:10 駒井 慎治 【定員40名】
- アクア30 14:25～14:55 駒井 慎治