☆GW スタジオスケジュール☆

5/3(日)

ホット
- ヨガ美禅　緩解30　12:15～12:45　関　直登　【定員40名】
- ヨガ美禅　癒安30　12:55～13:25　関　直登　【定員40名】
- ゆらり動15　14:20～14:35　白木　陽　【定員40名】
- 身美温癒 ｽﾍﾟｼｬﾙ60　16:00～17:00　荒木　未来　【定員40名】

メディテーション
- ﾌﾚｯｸｽｽﾄﾚｯﾁ30　11:00～11:30　関　直登　【定員20名】
- ﾌﾚｯｸｽｽﾄﾚｯﾁ30　15:00～15:30　白木　陽　【定員20名】

ワークアウト
- リトモス45　12:40～13:25　駒井　慎治　【定員40名】
- U-BOUND45　14:30～15:15　大野　ちなみ　【定員25名】

プール
- ビギナーズレッスン 水に慣れよう30　10:50～11:20　駒井　慎治
- ビギナーズレッスン クロール編45　11:35～12:20　駒井　慎治

5/4(月)

予約制
12:00～12:30
5名
12:30～13:00
5名
※予約はﾌﾛﾝﾄにて
4/27(月)6:00～
受付開始

ホット
- 美ライン30　12:15～12:45　中岡　桜　【定員40名】
- 身美温癒45　13:05～13:50　中岡　桜　【定員40名】
- ヨガ美禅　緩解30　14:50～15:20　関　直登　【定員40名】
- ヨガ美禅　癒安30　15:30～16:00　関　直登　【定員40名】

メディテーション
- 蘇りボディ30　11:40～12:10　佐々木　優光　【定員20名】
- ﾌﾚｯｸｽｽﾄﾚｯﾁ30　16:30～17:00　白木　陽　【定員20名】

ワークアウト
- エアロ30　11:30～12:00　駒井　慎治　【定員40名】
- FIGHT　DO45　13:00～13:45　駒井　慎治　【定員30名】
- POWER BOUND60　14:30～15:30　佐々木　優光　&　大野　ちなみ　【定員18名】

プール
- ﾍﾞｰｼｯｸ ｳｫｰｷﾝｸﾞ30　10:20～10:50　岡崎　良子
- アクア30　11:10～11:40　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　12:00～13:00　岡崎　良子　【定員10名】

5/5(火)

ホット
- ホットピラティス45　11:20～12:05　駒井　慎治　【定員40名】
- ゆらり動15　14:15～14:30　白木　陽　【定員40名】
- 身美温癒45　16:15～17:00　泉　理絵　【定員40名】

メディテーション
- ﾌﾚｯｸｽｽﾄﾚｯﾁ30　10:30～11:00　岩本　健志　【定員20名】
- 蘇りボディ30　13:20～13:50　佐々木　優光　【定員20名】

ワークアウト
- U-BOUND45　12:30～13:15　駒井　慎治　&　岩本　健志　【定員24名】
- GROUP POWER60　15:00～16:00　佐々木　優光　&　白木　陽　【定員18名】

プール
- アクア30　10:25～10:55　駒井　慎治

5/6(水)

ホット
- 身美温癒 ｽﾍﾟｼｬﾙ60　11:00～12:00　荒木　未来　【定員40名】
- ゆらり動15　12:25～12:40　泉　理絵　【定員40名】
- ヨガ美禅　緩解30　15:30～16:00　関　直登　【定員40名】
- ヨガ美禅　癒安30　16:10～16:40　関　直登　【定員40名】

メディテーション
- 蘇りボディ30　10:20～10:50　泉　理絵　【定員20名】
- ｽﾄﾚｯﾁｵﾌﾞﾊﾞﾝﾄﾞ30　11:20～11:50　泉　理絵　【定員20名】
- ﾌﾚｯｸｽｽﾄﾚｯﾁ30　15:50～16:20　佐々木　優光　【定員20名】

ワークアウト
- GROUP POWER45　13:15～14:00　佐々木　優光　&　関　直登　【定員18名】
- FIGHT DO45　14:35～15:20　佐々木　優光　【定員30名】

プール
- アクア30　10:30～11:00　岡崎　良子
- ビギナーズレッスン 水に慣れよう30　11:20～11:50　岡崎　良子
- ビギナーズレッスン クロール編45　12:05～12:50　岡崎　良子