年末年始☆スタジオスケジュール（2016～2017）

12/30（金）

ホット	メディテーション	ワークアウト	プール
ヨガ美禅　緩解30 10:40～11:10 関　直登 【定員40名】	蘇りボディ30 10:30～11:00 吉井　一志 【定員20名】		
ヨガ美禅　癒安30 11:20～11:50 関　直登 【定員40名】			
		FIGHT DO45 12:30～13:15 佐々木　優光 【定員30名】	ベーシックウォーキング30 12:45～13:15 吉井　一志
	ファンダメンタル1 13:05～14:05 関　直登		
美ラインプラス45 13:40～14:25 松本　侑花 【定員40名】			
		リトモス45 15:00～15:45 駒井　慎治 【定員40名】	
身美温癒45 15:45～16:30 大石　茉莉那 【定員40名】			
	ストレッチオブバンド30 16:50～17:20 駒井　慎治 【定員20名】		

12/31（土）

ホット	メディテーション	ワークアウト	プール
	ストレッチポール45 10:25～11:05 駒井　慎治 【定員20名】		
			ベーシックウォーキング30 10:55～11:25 吉井　一志
		TRX20 12:00～12:20 駒井　慎治 【定員20名】	
		U-BOUND45 12:40～13:25 岩本　健志 【定員28名】	
ゆらり動15 13:40～13:55 岩本　健志 【定員40名】			
		GROUP POWER60 14:20～15:20 白木　陽 【定員20名】	
身美温癒 ｽﾍﾟｼｬﾙ60 15:30～16:30 荒木　未来 【定員40名】			
	フレックスストレッチ30 16:45～17:15 白木　陽 【定員20名】		

1/1（日）

ホット	メディテーション	ワークアウト	プール
身美温癒45 10:30～11:15 河内　典子 【定員40名】			
		GROUP POWER60 11:20～12:20 関　直登 【定員20名】	
	蘇りスペシャル45 12:35～13:20 佐々木　優光 【定員20名】		
ホットピラティス45 13:40～14:25 駒井　慎治 【定員40名】			ベーシックウォーキング30 13:45～14:15 白木　陽
美ラインプラス45 14:50～15:35 松本　侑花 【定員40名】			
		ZUMBA30 16:05～16:35 松本　侑花 【定員30名】	
	ストレッチオブバンド30 16:50～17:20 白木　陽 【定員20名】		

1/2（月）

ホット	メディテーション	ワークアウト	プール
	ストレッチオブバンド30 10:30～11:00 関　直登 【定員20名】		クロール30 10:30～11:00 上満　正之
ゆらり動15 11:25～11:40 関　直登 【定員40名】			
		U-BOUND55 12:10～13:05 岩本　健志　& 吉井　一志 【定員28名】	
ヨガ美禅　緩解30 13:20～13:50 津田　あゆみ 【定員40名】			
ヨガ美禅　癒安30 14:00～14:30 津田　あゆみ 【定員40名】			
		ZUMBA45 14:30～15:15 袋瀬　有紀 【定員30名】	
身美温癒45 15:15～16:00 津田　あゆみ 【定員40名】			
	ピラティス30 16:35～17:05 袋瀬　有紀 【定員20名】		