GW☆スタジオスケジュール（2016）

5/3(火)

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】	GROUP POWER45 12:15～13:00 関　直登 【定員20名】	
ヨガ美禅　癒安30 11:20～11:50 関　直登 【定員40名】	ファンダメンタル3 13:35～14:35 関　直登	U-BOUND30 13:20～13:50 吉井　一志 【定員25名】	ベーシックウォーキング30 14:00～14:30 白木　陽
ゆらり動15 14:20～14:35 山岡　優 【定員40名】		エアロ30 15:00～15:30 駒井　慎治 【定員40名】	
身美温癒45 15:45～16:30 若宮　千裕 【定員40名】	ストレッチオブバンド30 16:50～17:20 白木　陽 【定員20名】		

5/4(水)

ホット	メディテーション	ワークアウト	プール
美ラインプラス45 11:00～11:45 袋瀬　有紀 【定員40名】	ストレッチオブバンド30 10:25～10:55 関　直登 【定員20名】	GROUP POWER60 12:10～13:10 佐々木　優光　& 白木　陽　& 関　直登 【定員20名】	ベーシックウォーキング30 10:55～11:25 吉井　一志
ゆらり動スペシャル30 13:40～14:10 白木　陽＆関　直登 【定員40名】		U-BOUND45 14:25～15:10 岩本　健志 【定員25名】	
身美温癒スペシャル60 15:30～16:30 荒木　未来 【定員40名】	ファンダメンタル1 15:20～16:20 山岡　優		
	フレックスストレッチ30 16:45～17:15 岩本　健志 【定員20名】		

5/5(木)

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 袋瀬　有紀 【定員40名】			
ゆらり動15 11:40～11:55 袋瀬　有紀 【定員40名】		リトモス45 11:25～12:10 駒井　慎治 【定員40名】	
	ストレッチポール45 12:40～13:25 駒井　慎治 【定員20名】		
ホットピラティス45 14:00～14:45 駒井　慎治 【定員40名】	ファンダメンタル2 14:25～15:25 白木　陽	GROUP POWER45 15:00～15:45 佐々木　優光 【定員20名】	
	蘇りスペシャル45 16:25～17:10 佐々木　優光 【定員20名】		

5/6(金)

ホット	メディテーション	ワークアウト	プール
	蘇りスペシャル45 10:30～11:15 駒井　慎治 【定員20名】		ベーシックウォーキング30 10:20～10:50 岡崎　良子
ゆらり動15 11:25～11:40 山岡　優 【定員40名】			アクア30 11:10～11:40 岡崎　良子
	リストラティブ90 12:00～13:30 荒木　未来	FIGHT DO45 12:10～12:55 佐々木　優光 【定員30名】	自分の泳ぎを見てみよう！ ビデオ撮影/予約制 12:00～13:00 岡崎　良子 【定員10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】		U-BOUND60 14:00～15:00 関　直登＆ 岩本　健志 【定員25名】	
身美温癒45 15:15～16:00 津田　あゆみ 【定員40名】			
	ストレッチオブバンド30 16:35～17:05 関　直登 【定員20名】		