GW☆スタジオスケジュール（2017）

5/3(水)

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】	フレックスストレッチ30 10:30～11:00 白木　陽 【定員20名】	GROUP POWER60 12:15～13:15 白木　陽 【定員20名】	水中運動30 10:50～11:20 吉井　一志
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 12:30～13:30 関　直登	U-BOUND30 13:35～14:05 岩本　健志 【定員28名】	
ゆらり動15 14:25～14:40 岩本　健志 【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 松本　侑花 【定員40名】	ストレッチオブ バンド30 16:45～17:15 駒井　慎治 【定員20名】		

5/4(木)

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 10:25～10:55 駒井　慎治 【定員20名】		
ホットピラティス45 11:20～12:05 駒井　慎治 【定員40名】			
	リストラティブ90 13:00～14:30 荒木　未来	U-BOUND45 12:25～13:10 関　直登 【定員28名】	
ゆらり動15 13:40～13:55 岩本　健志 【定員40名】			ベーシックウォーキング30 14:10～14:40 白木　陽
		FIGHT DO45 14:25～15:10 佐々木　優光 【定員30名】	
身美温癒 スペシャル60 15:30～16:30 荒木　未来 【定員40名】			
	蘇りボディ30 16:45～17:15 佐々木　優光 【定員20名】		

5/5(金)

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 松本　侑花 【定員40名】			ビギナー30 10:30～11:00 上満　正之
ゆらり動15 11:40～11:55 岩本　健志 【定員40名】		ZUMBA30 11:35～12:05 松本　侑花 【定員35名】	ポイントレッスン45 11:15～12:00 上満　正之
	フレックスストレッチ30 12:15～12:45 佐々木　優光 【定員20名】		
		GROUP POWER45 13:05～13:50 佐々木　優光 【定員20名】	
ホットピラティス45 14:35～15:20 津田　あゆみ 【定員40名】	ファンダメンタル2 14:25～15:25 関　直登		
		U-BOUND55 15:45～16:40 関　直登＆ 岩本　健志 【定員28名】	
	ストレッチオブ 17:00～17:30 関　直登 【定員20名】		

5/6(土)

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 10:30～11:00 津田　あゆみ 【定員40名】	ストレッチポール45 10:30～11:15 駒井　慎治 【定員20名】		クロール30 10:20～10:50 上満　正之
ヨガ美禅　癒安30 11:10～11:40 津田　あゆみ 【定員40名】			平泳ぎ30 11:10～11:40 上満　正之
	リストラティブ90 12:00～13:30 白木　陽	FIGHT DO60 12:10～13:10 駒井　慎治 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 上満　正之 【定員10名】
身美温癒45 13:40～14:25 津田　あゆみ 【定員40名】			
		U－BOUND45 14:40～15:25 吉井　一志 【定員28名】	
美ライン30 15:45～16:15 松本　侑花 【定員40名】			
	蘇りボディ30 16:35～17:05 吉井　一志 【定員20名】		

予約制
12:00～12:30
5名
12:30～13:00
5名
＊予約はフロントにて
5/1(月)6:00～予約開始