

GW☆スタジオスケジュール (2019)

	5/3(金)				5/4(土)				5/5(日)				5/6(月)				
	ホット	メディテーション	ワークアウト	プール	ホット	メディテーション	ワークアウト	プール	ホット	メディテーション	ワークアウト	プール	ホット	メディテーション	ワークアウト	プール	
9:00 <small>9:10 9:15 9:20 9:25 9:30 9:35 9:40 9:45 9:50 9:55</small>																	9:00 <small>9:10 9:15 9:20 9:25 9:30 9:35 9:40 9:45 9:50 9:55</small>
10:00 <small>10:10 10:15 10:20 10:25 10:30 10:35 10:40 10:45 10:50 10:55</small>		ヨガ60 9:25~10:25 akiyo 【定員20名】	予約制 10:30~11:00 5名 11:00~11:30 5名 ※予約はフロントにて 4/27(土)9:00~受付開始 ※DVD代として別途200円		身美温癒45 9:30~10:15 岡野 友里 【定員40名】	蘇りボディ30 9:45~10:15 吉井 一志 【定員20名】			マインドフル フィットネス60 9:20~10:20 岡 久美 【定員20名】			ウェーブストレッチ45 9:15~10:00 小倉 三鈴 【定員40名】					10:00 <small>10:10 10:15 10:20 10:25 10:30 10:35 10:40 10:45 10:50 10:55</small>
11:00 <small>11:10 11:15 11:20 11:25 11:30 11:35 11:40 11:45 11:50 11:55</small>	ホットヨガ45 10:50~11:35 akiyo 【定員40名】	フレックスストレッチ30 10:50~11:20 森岡 恵子 【定員20名】	FACTOR F45 CIT 10:50~11:35 関 直登 【定員14名】	自分の泳ぎを 見てみよう! ビデオ撮影/予約制 10:30~11:30 岡崎 良子 【定員10名】	美ラインプラス45 10:40~11:25 大西 奈美枝 【定員40名】	マインドフル フィットネス60 10:50~11:50 岡 久美 【定員20名】	GROUP POWER45 10:30~11:15 森田 仁美 【定員20名】	ヘーシック ウォーキング30 10:40~11:10 吉井 一志 【定員40名】	ホットヨガ45 10:25~11:10 森岡 恵子 【定員40名】		ZUMBA45 10:15~11:00 Yuka 【定員30名】	アンティグラビティ ファンダメンタル1 10:20~11:20 小倉 三鈴 【定員40名】	KI MAX30 10:40~11:10 岩本 健志 【定員14名】				11:00 <small>11:10 11:15 11:20 11:25 11:30 11:35 11:40 11:45 11:50 11:55</small>
12:00 <small>12:10 12:15 12:20 12:25 12:30 12:35 12:40 12:45 12:50 12:55</small>	身美温癒45 11:55~12:40 森岡 恵子 【定員40名】	アンティグラビティ オープン60 11:55~12:55 小倉 三鈴 【定員20名】	パレエ60 11:55~12:55 阿部 香夏 【定員30名】		ホット自力整体45 12:20~13:05 高橋 泉 【定員40名】	極上の癒し60 12:10~13:10 大西 奈美枝 【定員20名】	U-BOUND30 11:30~12:00 岩本 健志 【定員35名】	ヒーリングフロ-20 11:20~11:40 吉井 一志 【定員40名】	ホット空手30 11:30~12:00 伊藤 正昭 【定員40名】	極上の癒し60 11:15~12:15 大西 奈美枝 【定員20名】	フラダンス60 11:15~12:15 hitona 【定員30名】	ゆらり動20 11:45~12:05 岩本 健志 【定員40名】	フレックスヨガ60 11:50~12:50 大西 沙織 【定員20名】	GROUP POWER45 11:30~12:15 関 直登 【定員20名】	アクアミット30 11:35~12:05 高橋 美和 【定員30名】		12:00 <small>12:10 12:15 12:20 12:25 12:30 12:35 12:40 12:45 12:50 12:55</small>
13:00 <small>13:10 13:15 13:20 13:25 13:30 13:35 13:40 13:45 13:50 13:55</small>	ホット空手30 13:00~13:30 吉井 一志 【定員40名】		ウェーブアクティブ ストレッチ60 13:20~14:20 小倉 三鈴 【定員35名】				エアロ60 13:35~14:35 古谷 莉沙 【定員30名】		美ラインプラス45 12:35~13:20 大西 奈美枝 【定員40名】		KI MAX45 12:30~13:15 伊藤 正昭 【定員14名】	ホットピラティス45 12:25~13:10 高橋 美和 【定員40名】		U-BOUND30 12:35~13:05 関 直登 【定員35名】			13:00 <small>13:10 13:15 13:20 13:25 13:30 13:35 13:40 13:45 13:50 13:55</small>
14:00 <small>14:10 14:15 14:20 14:25 14:30 14:35 14:40 14:45 14:50 14:55 15:00</small>	ホットヨガ45 13:50~14:35 Maiko 【定員40名】	蘇りボディ30 13:50~14:20 吉井 一志 【定員20名】			身美温癒45 13:40~14:25 津田 あゆみ 【定員40名】	ヨガ60 13:30~14:30 庄司 仁美 【定員20名】		ホット自力整体45 13:40~14:25 高橋 泉 【定員40名】	13:00~14:30 イベント ※詳細は別紙 にて 貼り出します	FIGHT DO45 13:30~14:15 岩本 健志 【定員30名】	身美温癒45 13:30~14:15 津田 あゆみ 【定員40名】	ヨガ60 13:45~14:45 RUMI 【定員20名】	FIGER8 45 13:40~14:25 高橋 美和 【定員30名】			14:00 <small>14:10 14:15 14:20 14:25 14:30 14:35 14:40 14:45 14:50 14:55 15:00</small>	