

※8月スタジオプログラム変更のお知らせ

		通常			変更後			
スタジオ	12日(月) 振替休日 18時まで短縮営業	お盆特別プログラムに変更			→	11:00~12:00	ボディコンバット	渡辺
						12:30~13:30	ボディパンプ	三本木
						14:00~15:00	VRボディアタック	バーチャルプログラム
	13日(火) 18時まで短縮営業	お盆特別プログラムに変更			→	10:00~10:45	健康体操45	渡辺
						11:15~12:00	お盆限定 やさしいサーキット45	丹野
						12:30~13:15	バレトン ソールシンセシス	柴田
	14日(水) 18時まで短縮営業	お盆特別プログラムに変更			→	11:00~11:45	お盆限定 きついサーキット45	丹野
						12:15~13:00	コンディショニング45	丹野
						13:30~14:30	VRボディバランス	バーチャルプログラム
	15日(木) 18時まで短縮営業	お盆特別プログラムに変更			→	11:00~12:00	ボディコンバット	渡辺
						12:30~13:30	VRボディアタック	バーチャルプログラム
						13:45~14:45	VRボディパンプ	バーチャルプログラム
	16日(金)	20:15~21:15	ボディパンプ	三本木	→	20:15~21:15	VRボディパンプ	バーチャルプログラム
	18日(日)	12:45~13:45	ボディパンプ	三本木	→	12:45~13:45	VRボディパンプ	バーチャルプログラム
20日(火)	9:45~10:30	健康体操45	渡辺	→	9:45~10:30	コンディショニング45	丹野	
22日(木)	10:00~10:45	骨盤体操	三瓶		10:00~11:00	ピラティス	柴田	
	20:15~21:15	ボディコンバット	渡辺	→	20:15~21:15	VRボディコンバット	バーチャルプログラム	
23日(金)	15:45~16:30	ポルドブラ	三瓶	→	15:45~16:30	VRシバム45	バーチャルプログラム	
25日(日)	14:15~15:00	サーキット45	丹野	→	14:15~15:00	VRシバム45	バーチャルプログラム	
	15:15~16:00	コンディショニング45	丹野	→	15:15~16:15	VRボディコンバット	バーチャルプログラム	
28日(水)	10:00~10:45	ポルドブラ	三瓶	→	10:00~10:45	ポルドブラ	柴田	

※12日(月)~15日(木)の期間中はデイ・シニア会員様もご利用可能です

2024/7/23 更新