

12月26日 (金)
年末特別スケジュール

実施場所		
10:00	11:00	12:00
		受付開始 11:00
		10:10~11:55  BODYPUMP
	11:00~11:45  ZUMBA	レッスンがない日は スタジオフリー利用OK ¥ 11:30~12:15 機能改善 ピラティス ※要申込み MARIKO
	12:00~12:30  Urg jump	12:30~13:00 KANTUMI
		13:00~13:25  CORE
	13:45~14:15 ビギナーエクササイズ	13:40~14:10  BODYATTACK
		14:25~15:10  BODYCOMBAT
15:00	15:00~18:00 フリーストレッチ TIME ※ご自由にご活用ください。	
16:00	15:25~16:10  CORE	
17:00	16:25~17:10  BODYPUMP	
18:00	17:20~18:20  BODYCOMBAT	
19:00	18:55~19:25 ビギナーファンクショナル	
20:00	19:30~20:00  Urg jump	
21:00	【KATSUMI】	★ 20:15~21:00 ピラティス (常温)
	20:15~21:00  CORE	
	【KATSUMI】	
	このマークはヴァーチャルレッスンとなります。	
	スタッフタイム 11:00~15:00/17:00~20:00	



このマークのあるレッスンは
有料イベントレッスンの為、
事前予約が必要となります。

※詳細は別紙掲示を
ご確認ください。