











8月20日 (土)

GYM&VRデー DAY②

特別スケジュール

	実施場所		
	メインスタジオ	VR/FTAスタジオ	カウンセリングルーム
10:00	受付開始 10:00		
11:00		10:30~11:30 	体組成計 測定 随時 受付中… 気軽にフロントスタッフまで お声かけください♪
12:00	① 11:30~12:30 ベリーダンス エクササイズ <small>要予約 詳細は別紙参照</small>	11:45~12:45 	
13:00	【MICHIKO】 ストレッチエリア	13:00~14:00 	
14:00		14:15~14:45 	
15:00		15:00~16:00 	
16:00	② 15:30~16:30 テクニカル ステップ <small>要予約 詳細は別紙参照</small>	16:15~16:45 	③ 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。
17:00	【MICHIKO】	17:00~17:45 	
18:00		18:00~18:45 	
19:00	 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 10:00~18:00		