

4月27日 (土)

~

5月6日 (月)

# GW特別スケジュール

4/27 (土)

# 休館日



4/28 (日)

営業時間 10~19時

- 11:15~30  
CXワークス  
上田
- 12:00~45  
ボディコンバット  
上田
- 13:30~45  
骨盤・肩甲骨  
れい
- 14:30~45  
バイラバイラ  
れい
- 15:30~45  
ボディアタック  
中村

4/29 (月)

営業時間 10~19時

- 11:00~45  
ボディパンプ  
TOKU
- 12:00~45  
ボディコンバット  
TOKU
- 13:30~45  
ボディバランス  
杉本
- 14:35~45  
ユーバウンド  
杉本
- 15:40~30  
ストレッチ  
杉本

平成31年4/30 (火)

営業時間 10~19時

- 11:00~45  
基礎代謝UP  
れい
- 12:00~45  
バイラバイラ  
れい
- 13:30~30  
CXワークス  
上田
- J 14:15~90  
さよなら平成!  
ボディコンバット  
上田&TOKU  
&中村

令和元年5/1 (水)

営業時間 12~21時

- J 13:00~60  
こんにちは令和  
ZUMBA  
横尾&杉本
- J 14:20~60  
ボディバランス  
横尾&杉本
- 19:00~60  
ボディパンプ  
市川

5/2 (木)

営業時間 12~21時

- 13:00~45  
基礎代謝UP  
れい
- 14:00~45  
バイラバイラ  
れい
- 15:00~45  
ポルドブラ45  
横尾
- 19:00~60  
ボディコンバット  
TOKU

5/3 (金)

営業時間 10~19時

- 11:00~45  
ボディパンプ  
今村
- 12:05~30  
ユーバウンド  
今村
- 13:30~45  
骨盤体操  
市川
- 14:30~45  
ZUMBA  
市川
- 15:30~45  
ヒップトレーニング  
市川

5/4 (土)

# 休館日



5/5 (日)

営業時間 10~19時

- 11:00~45  
骨盤体操  
中村
- 12:00~30  
やさしいアタック  
中村
- 13:30~30  
ボディコンバット  
中村
- 14:15~45  
ZUMBA  
今村
- 15:15~30  
ストレッチ  
今村

5/6 (月)

営業時間 10~19時

- 11:00~60  
リラックスヨガ  
窪田
- 12:15~45  
ボディパンプ  
TOKU
- 13:30~45  
ボディコンバット  
TOKU
- 14:30~45  
バイラバイラ  
れい
- 15:30~45  
骨盤・肩甲骨  
れい