


## 2024年 4月・5月 祝日プログラムスケジュール

4月29日(月)	5月3日(金)	6日(月)
9:30		9:30
10:00		10:00
10:30 <b>LES MILLS</b> <b>BODYSTEP</b> 45 KOUTARO	10:30 リラックスヨガ45 yayoi	<div>イベントレッスン 有料レッスンとなります</div> 11:00  <b>ZUMBA</b> 75 〈有料〉予約時にチケット購入 TERA ・ 菊池良子
11:00		11:00
11:40 リラックスヨガ60 Ami	11:35 virtual	12:00
12:00		12:35 協栄シェイプボクシング45 MASA
13:00 13:00 ピラティス45 NAOKO	12:45 <b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b> 60 三橋 陸	13:00
14:00 14:05 virtual	14:00 ピラティス60 NAOKO	13:40 <b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b> 45 MASA
15:00		14:00
16:00 16:00 協栄シェイプボクシング45 MASA	ジュニアスクール 〈チャダンス〉	15:00 <b>LES MILLS</b> <b>DANCE</b> 45 Lenn
17:00 17:00 <b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b> MASA		16:00
18:00		16:10 <b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b> 75 渡辺光 ・ 水本雄太 <div>イベントレッスン</div>
19:00		17:00
		18:00
		19:00