

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00 ホットスタジオ			ホットスタジオ			
10:30 10:30~11:00 ナチュラルストレッチ30 強度：★☆☆ スタッフ		10:30~11:00 ボールリラックス30 強度：★☆☆ スタッフ	10:30~11:00 ナチュラルストレッチ30 強度：★☆☆ スタッフ	10:30~11:00 ストレッチ30 強度：★☆☆ スタッフ	10:30~11:15 リラックスヨガ45 強度：★☆☆ ケイコ	10:30~11:00 ストレッチ30 強度：★☆☆ スタッフ
11:30 11:30~12:15 きれいstyleヨガ45 強度：★★☆ 三浦 由喜恵		11:30~12:15 ラテンエアロ45 強度：★★☆ 飯盛 千佳子	11:30~12:15 美尻bodyヨガ45 強度：★★☆ 三浦 由喜恵	11:30~12:15 エアロピクス45 強度：★★☆ 松永 良恵	11:30~12:15 エアロピクス45 強度：★★☆ 有坂 さおり	11:30~12:15 UBOUND45 強度：★★★ HITOMI
12:30 12:45~13:00 ホットシェイプ 強度：★☆☆		12:45~13:00 コアトレ 強度：★☆☆	12:45~13:00 ホットシェイプ 強度：★☆☆	12:45~13:00 コアトレ 強度：★☆☆	<b>NEW</b> 12:30~13:15 HIPHOP45 強度：★★☆ AZUSA	12:30~13:00 UBOUND30 強度：★★★ HITOMI
13:30 13:15~14:00 筋膜リリース45 強度：★☆☆ スタッフ		13:15~14:00 リラックスヨガ45 強度：★☆☆ スタッフ	13:15~14:00 ナチュラルヨガ45 強度：★☆☆ スタッフ	13:15~14:00 リラックスヨガ45 強度：★☆☆ スタッフ		
	定 休 日					14:30 ホットスタジオ
					<b>NEW</b> 14:30~15:15 ZUMBA 強度：★★★ 小坂 恵美	<b>NEW</b> 14:45~15:30 ユニバーサルヨガMARS 強度：★☆☆ スタッフ
					15:45~16:15 UBOUND30 強度：★★★ スタッフ	<b>NEW</b> 15:45~16:30 ピラティス45 強度：★★☆ 小坂 恵美
						<b>NEW</b> 16:45~17:15 ナチュラルヨガ30 強度：★☆☆ 小坂 恵美
					19:00 ホットスタジオ	
<b>NEW</b> 19:15~19:45 UBOUND30 強度：★★★ スタッフ			19:30~20:15 ZUMBA 強度：★★★ 青木 弓子	<b>NEW</b> 19:30~20:15 引き締めbodyヨガ45 強度：★★★ Erika	19:00~19:30 ナチュラルヨガ30 強度：★☆☆ 高島 嘉剛	
<b>NEW</b> 20:00~20:30 ファンクショナルボディ30 強度：★★☆ 岡田 直也				<b>NEW</b> 20:30~21:00 ナチュラルヨガ30 強度：★☆☆ Erika	19:45~20:30 くびれbodyヨガ45 強度：★★★ 高島 嘉剛	
<b>NEW</b> 20:45~21:30 ファイティング45 強度：★★★ 岡田 直也			20:30~21:15 HIPHOP45 強度：★★☆ MIKIMIKI			