

2026年2月23日(月・祝)

スタジオプログラム

	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ
9:30			
10:00	10:00 リラックス・ヨガ 45 福澤久美子	10:00 ZUMBA 60 Kaji	祝日スペシャル(有料) 2/17(火)7:00 WEBシステムにて申し込み受付 会員:1,650円一般:3,300円(税込)
11:00	11:10 バレエ30 11:40 中込美加恵	11:20 祝日スペシャル BODYJAM 60(定員37名) Kaji	11:30 リセットヨガ 12:30 60 福澤久美子
12:00	11:55 バレエ(有料) 12:55 60 中込美加恵	12:50 LESMILLS BODYATTACK 13:50 60 駒屋美香	13:00 骨盤矯正ヨガ 14:00 60 福澤久美子
13:00			祝日スペシャル(有料) 2/17(火)7:00 WEBシステムにて申し込み受付 会員:1,100円一般:3,300円(税込)
14:00	14:00 リラックス・ヨガ 14:45 45 misa	14:30 祝日スペシャル BODYCOMBAT 60(定員24名) 原田大輔&駒屋美香	15:15 リラクゼーションヨガ 16:15 60 misa
15:00	15:10 太極拳 15:55 45 長谷川恵津子	16:00 協栄シェイプボクシング 16:50 50 稗田陽子	16:45 ボディコンディショニング 17:45 60 nonko
16:00	16:10 太極拳 中級・太極扇(有料) 17:10 60(定員12名) 長谷川恵津子	17:15 エアロ初級30 17:45 サイタ	
17:00			
18:00	18:15 ボディコンディショニング 19:00 45 nonko	18:15 LESMILLS BODYPUMP HEAVY 19:00 45 原田大輔	
19:00	「祝日スペシャル」は、予約日より先にチケット購入ができません。 また、予約後のキャンセルについては返金できません。		
20:00			