

# (G. W) Studio Schedule

スタジオ

スケジュール

2022年5月2日～5月8日

	5/2(月)	5/3(火)	5/4(水)	5/5(木)	5/6(金)	5/7(土)	5/8(日)
10:00					定期 休館 日		
	10:30(45)	10:30(45)	10:30(45)	10:30(45)		10:30(45)	10:30(45)
11:00	マルマヨガ (高橋)	エアロビクス ～初級～ (中島)	気功 (嘉戸)	バレトン (三浦)		ピラティス (中島)	エアロビクス ～初級～ (春吉)
12:00	12:00(45) かんたん ステップ 定員25名 (滝口)	12:00(45) ZUMBA (松井)	12:00(45) アイアンガーヨガ (真門)	12:00(45) エアロビクス ～初級～ (春吉)		12:00(45) エアロビクス ～中級～ (中島)	12:00(45) パワーヨガ (藤井)
13:00						13:15(30) <sup>30</sup> カラダをほぐそう (高木)	13:15(30) <sup>30</sup> カラダを動かそう (藤井)
	13:30(45) エアロビクス ～中級～ (滝口)						
14:00							
17:00							
18:00	18:00(45) パワーヨガ (藤井)	18:00(45) ボディシェイプ (滝口)	18:00(45) コアシェイク (藤井)	18:00(45) ステップ 定員25名 (滝口)	18:00(45) ボディシェイプ (滝口)		
19:00							
	19:30(45) エアロビクス ～初級～ (中島)	火 10:00～20:00	水 10:00～20:00	木 10:00～20:00			
20:00					土 10:00～20:00	日 10:00～20:00	
営業時間	月 10:00～21:00				金 定期 休館日	 メディフィットラボ  083(902)2099	