

祝日・短縮プログラム

	8月9日 月曜日			8月13日 金曜日		
	ホットスタジオ	岩盤スタジオ	リフォーマースタジオ	ホットスタジオ	岩盤スタジオ	リフォーマースタジオ
11:00	10:30-11:30 ヨガ整体 川原		リフォーマー フリー利用 10:00-12:45	10:30-11:30 リラックス ヨガ 吉田		リフォーマー フリー利用 10:00-12:45
12:00				11:00-12:00 ピラティス KANAKO		
13:00		岩盤スパ 10:00-15:45	常温 13:00-13:45 ボディメイク ウエストシェイプ 工藤	12:15-13:15 パーソナル KANAKO		常温 13:00-14:00 ボディメイク バック&アームズ 清瀬
14:00	14:00-15:00 ハタヨガ 肩こりケア 上川				岩盤スパ 11:45-15:45	
15:00			リフォーマー フリー利用 14:00-17:30	14:15-15:00 ピラティス 清瀬		リフォーマー フリー利用 14:15-17:30
16:00		特別レッスン 16:00-17:00 スローフロー ヨガ 幸佳		特別レッスン 16:00-17:00 ピラティス 山口		
17:00						
18:00	— 祝日短縮営業 18時まで —					
19:00						
20:00						
21:00						