

月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
Aスタジオ	マルチスタジオ	HOTスタジオ				Aスタジオ	マルチスタジオ	HOTスタジオ	Aスタジオ	マルチスタジオ	HOTスタジオ	Aスタジオ	マルチスタジオ	HOTスタジオ	Aスタジオ	マルチスタジオ	HOTスタジオ	Aスタジオ	マルチスタジオ	HOTスタジオ
09:00																				
15																				
30																				
45																				
10:00																				
15																				
30																				
45																				
11:00																				
15																				
30																				
45																				
12:00																				
15																				
30																				
45																				
13:00																				
15																				
30																				
45																				
14:00																				
15																				
30																				
45																				
15:00																				
15																				
30																				
45																				
16:00																				
15																				
30																				
45																				
17:00																				
15																				
30																				
45																				
18:00																				
15																				
30																				
45																				
19:00																				
15																				
30																				
45																				
20:00																				
15																				
30																				
45																				
21:00																				
15																				
30																				
45																				
22:00																				
15																				
30																				
45																				
23:00																				

スタジオクラスはすべてiTIPNESSでのWEB予約となります。

すべてのスタジオは場所指定でのご予約です。1日2件、最大10件までご予約いただけます。

対象レッスンの1週間前の対象レッスン終了後10分後より予約いただけます。

定員に空きが有る場合、予約なしでもスタジオ前にお待ちいただきご参加いただけます。

※スタジオ入場は開始15分前より入場となります。5分前までに入場が無い場合、自動キャンセルとなります。

■オンラインフィットネストルチャがスタジオで受けられます!! ※配信レッスンが変更となる場合がございます。予めご了承ください。

■HOTスタジオクラスご参加にはバスタオルが必要です。ご参加の際は必ずご用意をお願い致します。

どなたでもご参加いただけます。
強度を調整しながらお楽しみください。

該当のプログラムに慣れた方向けのクラスです。

NEW

…新規導入プログラムです。

有料

…有料のプログラムレッスンです。
別途お申込み、ご入金が必要です。

予約

…予約が必要なクラスです。

アップデート

…振付や音楽が更新されたプログラムです。

※安全性確保のため、各クラスには定員を設けております。
※安全上の理由により、レッスン開始後の途中入場・退場は
ご遠慮頂いております。

スタジオレッスン 定員数			
	Aスタジオ	マルチスタジオ	HOTスタジオ
ツール無	40	34	26
ツール有	40	27	
Martial Strike Workout 45		28	
Martial Strike Workout 30		16	
バレエ			23