

スタジオ プログラム 定員数 変更のご案内

12/11(土)よりプログラム定員数を下記の通り変更いたします。

※12/1(水)予約開始分より

黄色(小)マーククラス	Aスタジオ	Bスタジオ
ヨガ・ピラティス	45名	32名
【MOVE BODY】POWER BODY PUMP	45名	
ダンス	38名→ 45名	20名→ 32名
B to B バランス	38名→ 45名	20名→ 32名
GET STYLE	45名	
ベリーダンス		32名

その他	Aスタジオ	Bスタジオ
バレエ		25名→ 30名
Martial Strike Workout		16名→ 20名
TRXサーキット		14名→ 20名

灰色(大)マーククラス	Aスタジオ	Bスタジオ
エアロビクス/ステップ	38名	25名
マーシャル	38名	25名
X TARGET WORKOUT	38名	25名
BODY COMBAT / BODY ATTACK / GRIT	38名	25名

※アクアプログラムに定員の変更はございません。

※ホームページへ掲載しておりますスケジュール定員数と異なりますため、予めご了承ください。

黄色(小)マーク 

呼吸が荒くならないレッスン。人と人との間隔を1 m以上に設定。

灰色(大)マーク 

動きが多く、呼吸が荒くなるレッスン。人と人との間隔を2 m以上に設定。

詳しくはお近くのスタッフへお問い合わせください。