

※新型コロナウイルス対応のため特別スケジュール営業となっております。
※都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合がございます。
※定員縮小のため通常営業時よりも参加人数に制限をさせていただいております。

	月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日				土曜日				日曜日					
	HOTLUX	Aスタジオ	FTF	Cycle	HOTLUX	Aスタジオ	FTF	Cycle	HOTLUX	Aスタジオ	FTF	Cycle	HOTLUX	Aスタジオ	FTF	Cycle	HOTLUX	Aスタジオ	FTF	Cycle	HOTLUX	Aスタジオ	FTF	Cycle	HOTLUX	Aスタジオ	FTF	Cycle		
45																													45	
10:00																													10:00	
15																													15	
30																													30	
45					マグマヨーガ ベーシック 10:30～ 11:30 渡邊 朋美								マグマヨーガ リラククス 10:30～ 11:30 久保 美恵子									グラビティヨガ 10:30～ 11:30 Kayo						45		
11:00																														
15	マグマヨーガ デトックス 11:00～ 12:00 久保 美恵子			バーチャルターゲット サイクル30 11:00～11:20					マグマヨーガ 骨盤調整 11:00～ 12:00 東園 昭子																					15
30																														
45		PILATES 11:30～ 12:15 富岡 広希			有料・予約制	リフレッシュヨガ 11:30～ 12:15 杉本 昇																								45
12:00	有料・予約制																													
15																													15	
30																													30	
45																													45	
13:00	【HOTLUX】 脂肪燃焼ヨガ 12:45～ 13:45 高山 理恵	パワーラッシュ30 12:45～13:15 香川 広夢			マグマヨーガ リラククス 12:15～ 13:15 渡邊 朋美				グラビティヨガ60 12:00～ 13:00 Yachiyo																					13:00
15		アッパ デート																												
30																													30	
45	有料・予約制																												45	
14:00		ビューティーヨガ 13:45～ 14:30 東園 昭子																											14:00	
15																														15
30																													30	
45	マグマヨーガ リラククス 14:30～ 15:00 渡邊 朋美																												45	
15:00																													15:00	
15		リフレッシュヨガ 15:00～ 15:45 東園 昭子																											15	
30	有料・予約制																													30
45																													45	
16:00																													16:00	
15																													15	
30	マグマヨーガ デトックス 16:15～ 17:15 吉本 佐知子	YOGAスクール 16:15～ 17:00 東園 昭子																											30	
45					有料・予約制																								45	
17:00																													17:00	
15	有料・予約制																												15	
30																													30	
45																													45	
18:00																													18:00	
15																													15	
30																													30	
45																													45	
19:00	マグマヨーガ 骨盤調整 18:45～ 19:45 田原 里恵	パワーヨガ 18:45～ 19:30 杉本 昇																												

【各エリア定員のご案内】

HOTLUX 20名 ※女性限定、有料予約制

Aスタジオ 24名

FTFエリア 18名

Cycle 13名

【休館日】

毎月7日、17日、27日