2020年　グループエクササイズタイムスケジュール（特別版）

6月 ティップネス梅田店

※新型コロナウィ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

HOTLUX	Aスタジオ	Cycle
マグマヨーガ デトックス 11:00～ 12:00 久保　美恵子 有料・予約制	PILATES 11:30～ 12:15 冨岡　広希	バーチャルターゲット サイクル20 11:00～11:20
【HOTLUX】 脂肪燃焼ヨガ 12:45～ 13:45 高山　理恵 有料・予約制	パワーラッシュ30 12:45～13:15 香川　広夢	バーチャルターゲット サイクル20 12:20～12:40
マグマヨーガ リラックス 14:30～ 15:30 渡邊　朋美 有料・予約制	ビューティーヨガ 13:45～ 14:30 東園　昭子	バーチャルターゲット サイクル 13:20～13:40
	リフレッシュヨガ 15:00～ 15:45 東園　昭子	バーチャルターゲット サイクル30 15:00～15:30
マグマヨーガ デトックス 16:15～ 17:15 吉本　佐知子 有料・予約制	YOGAスクール 16:15～ 17:00 東園　昭子 有料・予約制	バーチャルターゲット サイクル 16:15～16:35
		バーチャルターゲット サイクル 17:10～17:30
マグマヨーガ 骨盤調整 18:45～ 19:45 田原　里恵 有料・予約制	パワーヨガ 18:30～ 19:15 杉本　昇	バーチャルターゲット サイクル 18:00～18:20
		Cycle-U 19:00～19:30 中森　有紀
	パワーラッシュ 19:45～ 20:30 赤井　優希	Cycle-U Burn 20:00～20:20

火曜日

HOTLUX	Aスタジオ	Cycle
マグマヨーガ ベーシック 10:30～ 11:30 渡邊　朋美 有料・予約制	リフレッシュヨガ 11:30～ 12:15 杉本　昇	バーチャルターゲット サイクル20 11:00～11:20
マグマヨーガ リラックス 12:15～ 13:15 渡邊　朋美 有料・予約制	シェイピング30 12：45～13:15 中森　有紀	バーチャルターゲット サイクル20 12:20～12:40
【HOTLUX】 リンパデトックス ヨガ 14:00～ 15:00 haruka 有料・予約制	ボディメイクヨガ 13:45～ 14:30 南部　若菜	バーチャルターゲット サイクル 13:20～13:40
	リラックスヨガ 15:00～ 15:45 南部　若菜	バーチャルターゲット サイクル 14:35～14:55
マグマヨーガ 骨盤調整 15:45～ 16:45 haruka 有料・予約制		バーチャルターゲット サイクル30 16:00～16:30
		バーチャルターゲット サイクル 17:00～17:20
マグマヨーガ ベーシック 19:00～ 20:00 保原　佐佳 有料・予約制	パワーラッシュ 18:30～ 19:15 中森　有紀	バーチャルターゲット サイクル 18:00～18:20
		Cycle-U20 18:50～19:10
	リフレッシュヨガ 19:45～ 20:30 藤原　優子	Cycle-U 19:35～20:05 香川　広夢

水曜日

HOTLUX	Aスタジオ	Cycle
マグマヨーガ 骨盤調整 11:00～ 12:00 東園　昭子 有料・予約制	グラビティヨガ60 12:00～ 13:00 Yachiyo	バーチャルターゲット サイクル30 11:20～11:50
マグマヨーガ デトックス 12:45～ 13:45 林　尚美 有料・予約制	リフレッシュヨガ 13:30～ 14:15 麻中　千誉	バーチャルターゲット サイクル20 12:20～12:40
		バーチャルターゲット サイクル20 13:15～13:35
マグマヨーガ リラックス 14:30～ 15:30 林　尚美 有料・予約制	PILATES45 14:45～ 15:30 麻中　千誉	バーチャルターゲット サイクル 14:20～14:40
		バーチャルターゲット サイクル 15:40～16:00
マグマヨーガ ベーシック 16:15～ 17:15 JUNKO 有料・予約制		バーチャルターゲット サイクル30 16:30～17:00
		バーチャルターゲット サイクル 17:50～18:10
マグマヨーガ リラックス 18:45～ 19:45 haruka 有料・予約制	メリハリHIP＆ABS 18:30～ 19:10 中森　有紀	Cycle-U 18:45～19:15 中川　絵奈
	RADICAL POWER 19:45～ 20:30 KAZU	Cycle-U20 19:50～20:10

木曜日

HOTLUX	Aスタジオ	Cycle
マグマヨーガ リラックス 10:30～ 11:30 久保　美恵子 有料・予約制		
【HOTLUX】 脂肪燃焼ヨガ 12:15～ 13:15 桂田　恵美 有料・予約制	PILATES 12:30～ 13:15 平良　麻衣	バーチャルターゲット サイクル30 11:50～12:20
【HOTLUX】 美姿勢 エクササイズ 14:00～ 15:00 鼻野　佳奈恵 有料・予約制	ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 13:45～ 14:30 JUNKO	バーチャルターゲット サイクル20 13:20～13:40
	ビューティ―ヨガ 15:00～ 15:45 JUNKO	バーチャルターゲット サイクル 14:35～14:55
マグマヨーガ リラックス 15:45～ 16:45 高山　理恵 有料・予約制		バーチャルターゲット サイクル 15:50～16:10
		バーチャルターゲット サイクル 17:00～17:20
マグマヨーガ デトックス 19:00～ 20:00 澤野　利恵 有料・予約制	パワーヨガ 18:30～ 19:15 寺田　風太	バーチャルターゲット サイクル 18:00～18:20
		Cycle-U20 18:50～19:10
	メリハリHIP＆ABS 19:45～ 20:25 中森　有紀	Cycle-U Burn 19:40～20:00

金曜日

HOTLUX	Aスタジオ	Cycle
【HOTLUX】 リンパデトックス ヨガ 11:00～ 12:00 渡邊　朋美 有料・予約制	リフレッシュヨガ 11:30～ 12:15 安楽　静佳	バーチャルターゲット サイクル20 11:00～11:20
マグマヨーガ 骨盤調整 12:45～ 13:45 渡邊　朋美 有料・予約制	ビューティーヨガ 12:45～ 13:30 安楽　静佳	バーチャルターゲット サイクル20 12:20～12:40
		バーチャルターゲット サイクル 13:35～13:55
マグマヨーガ ベーシック 14:30～ 15:30 桂田　恵美 有料・予約制	ボディメイクヨガ 14:00～ 14:45 寺田　風太	バーチャルターゲット サイクル 14:50～15:10
	リフレッシュヨガ 15:15～ 16:00 寺田　風太	
マグマヨーガ デトックス 16:15～ 17:15 桂田　恵美 有料・予約制		バーチャルターゲット サイクル30 16:10～16:40
		バーチャルターゲット サイクル30 17:40～18:10
マグマヨーガ 骨盤調整 19:00～ 20:00 林　尚美 有料・予約制	シェイピング 18:30～19:00 香川　広夢	Cycle-U 18:40～19:10 中川　絵奈
	パワーラッシュ 19:30～ 20:15 香川　広夢	Cycle-U20 19:40～20:00

土曜日

HOTLUX	Aスタジオ	Cycle
	グラビティヨガ 10:30～ 11:30 Kayo	
マグマヨーガ リラックス 11:00～ 12:00 林　尚美 有料・予約制		バーチャルターゲット サイクル30 11:10～11:40
	PILATES45 12:00～ 12:45 平良　麻衣	
【HOTLUX】 リンパデトックス ヨガ 12:45～ 13:45 東園　昭子 有料・予約制		バーチャルターゲット サイクル30 12:30～13:00
	HATAYOGA 13:15～ 14:00 Riho	Cycle-U 13:40～14:10 中川　絵奈
マグマヨーガ リラックス 14:30～ 15:30 東園　昭子 有料・予約制	パワーラッシュ 14:30～ 15:15 中川　絵奈	
	リフレッシュヨガ 15:45～ 16:30 三宅　眞由	Cycle-U20 15:35～15:55
【HOTLUX】 脂肪燃焼ヨガ 16:15～ 17:15 haruka 有料・予約制		

日曜日

HOTLUX	Aスタジオ	Cycle
【HOTLUX】 脂肪燃焼ヨガ 10:30～ 11:30 haruka 有料・予約制	Functional Sequence YOGA 10:30～11:15 芙美	バーチャルターゲット サイクル30 11:00～11:30
	PILATES 11:45～12:30 芙美	
マグマヨーガ 骨盤調整 12:15～ 13:15 haruka 有料・予約制		Cycle-U20 12:35～12:55
	リラックスヨガ 13:00～ 13:45 安楽　静佳	Cycle-U 13:30～14:00 香川　広夢
【HOTLUX】 リンパデトックス ヨガ 14:00～ 15:00 桂田　恵美 有料・予約制	パワーラッシュ 14:15～ 15:00 橋本　健太郎	
マグマヨーガ リラックス 15:45～ 16:45 桂田　恵美 有料・予約制		