

GW Lesson Schedule

4月29日(火) 昭和の日	5月3日(土) 憲法記念日
 11:00 ~ 11:30 姿勢美人ヨガ (稲藺)	 11:00 ~ 11:30 アロマヨガ (Yui)
 11:45 ~ 12:30 ジャズダンス (稲藺)	11:45 ~ 12:30 ZUMBA (MUKU)
12:45 ~ 13:15 ラディカルパワー (北原)	 12:45 ~ 13:15 グループファイト (Yui)
13:30 ~ 14:00 グループファイト (北原)	13:30 ~ 14:15 グループセンチジー (Chiharu)
 14:15 ~ 15:00 K-POP ダンス (山田)	 14:30 ~ 15:00 かんたんエアロ (Chiharu)
15:15 ~ 16:00 グループセンチジー (近石)	15:15 ~ 16:00 ラテンコンディショニング (佐藤)
 10:30 ~ 11:00 ウォーターシェイプ (近石)	 10:30 ~ 11:00 AQA ZUMBA (MUKU)

～ 祝日限定プログラムの内容につきましてはスタッフへおたずねください ～

* 祝日の営業時間は **10:00～20:00** となります。

* デイタイム会員様にご利用いただく際は**時間外利用料(1,650 円)**が必要となります。

GW Lesson Schedule

5月5日(月) こどもの日	5月6日(火) 振替休日
 11:00 ~ 11:45 ストリートダンス (Chiharu)	 11:00 ~ 11:30 グループセンタジー (近石)
 12:00 ~ 12:30 グループセンタジー (近石)	 11:45 ~ 12:30 ジャズダンス (稲藪)
 12:45 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (Yui)	 12:45 ~ 13:15 姿勢美人ヨガ (稲藪)
 13:30 ~ 14:15 Hip Hop (Yui)	14:45 ~ 15:30 グループファイト (義田&Yui)
 15:30 ~ 16:00 美ユ-ティ-Body Wave (松本)	 15:45 ~ 16:30 初中級ステップ (玉木)
16:15 ~ 17:00 ZUMBA (松本)	 16:45 ~ 17:30 ローインパクト (玉木)
	 12:00 ~ 12:30 ウォーターシェイプ (近石)

～ 祝日限定プログラムの内容につきましてはスタッフへおたずねください ～

* 祝日の営業時間は 10:00～20:00 となります。

* デイタイム会員様にご利用いただく際は時間外利用料(1,650 円)が必要となります。