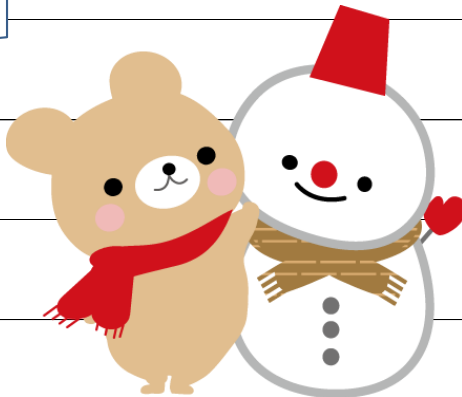
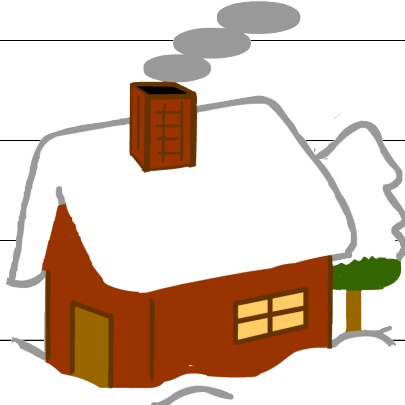


PROGRAM SCHEDULE

建国記念日振替休日

特別プログラムスケジュール

| 2月12日 月曜日 |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    |       |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 時間        | 常温Aスタジオ                                                                                                                                                                                                                                       | 暗闇Bスタジオ                                                                                                                                                                                                                                                    | 岩盤スタジオ                                                                                                                               | サーキット Queenax                                                                                                                                      | 時間    |
| 9:30      |                                                                                                                                                                                                                                               | <div></div> <div>9:15-10:00<br/>自律神経調整ヨガ<br/>miho</div>                                                                                                                   | 岩盤スタジオは、<br>2階総合受付で<br>事前予約が必要です。                                                                                                    |                                                                                                                                                    | 9:30  |
| 10:00     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 10:00 |
| 10:30     | <div></div> <div>10:00 -11:00<br/>フラダンス<br/>1時間で1曲仕上げようスペシャル<br/>杉本</div>                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                 | 10:30 |
| 11:00     |                                                                                                                                                                                                                                               | <div><div>10:55-11:55<br/>オリジナル<br/>エアロマニックス<br/>(中上級)<br/>樋口</div></div>                                                                                                | 10:20-11:05<br>岩盤ヨガ<br>miho                                                                                                          |                                                                                                                                                    | 11:00 |
| 11:30     | <div></div> <div>11:20-11:50<br/>バレエストレッチ<br/>齋藤</div>                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 11:30 |
| 12:00     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 12:00 |
| 12:30     | 12:00-13:00<br>大人のバレエ<br>斎藤                                                                                                                                                                                                                   | <div></div> <div>12:10-12:55<br/>ヒップファイン<br/>秋草<br/>(カラダファイン)</div>                                                                                                       |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 12:30 |
| 13:00     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 13:00 |
| 13:30     | <div></div> <div>13:15-14:15<br/>タヒチアンダンス<br/>マーフィー邦子</div>                                                                                                | <div>4階予約</div> <div><div>13:20-14:05<br/>DEJAVU<br/>バージョン2<br/>NAO</div><div>DEJAVU &gt;&gt;&gt;</div></div>                                                          |                                                                                                                                      |                                                               | 13:30 |
| 14:00     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 14:00 |
| 14:30     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 14:30 |
| 15:00     | <div></div> <div>14:40-15:25<br/>バランス<br/>コーディネーション<br/>熊谷</div>                                                                                           | <div><div>14:30-15:30<br/>ZUMBA<br/>海老名</div></div>                                 | 14:30-15:15<br>岩盤ヨガ<br>tao                                                                                                           |                                                                                                                                                    | 15:00 |
| 15:30     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      | <div></div> <div>15:00-15:30<br/>オリジナル トレーニング<br/>STAFF</div> | 15:30 |
| 16:00     | <div></div> <div>15:45-16:45<br/>骨盤ヨガ<br/>tao</div>                                                                                                        | <div><div>15:45-16:30<br/>エアロ中級<br/>熊谷</div></div>                                                                                                                     |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 16:00 |
| 16:30     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                 |                                                                                                                                                    | 16:30 |
| 17:00     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 17:00 |
| 17:30     | <div></div> <div>17:00-18:00<br/>OXIGENO 60<br/>OSAYA</div> <div></div> | <div>4階予約</div> <div><div>16:55-17:55<br/>UBOUND 6.0<br/>田島</div><div></div></div>  |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 17:30 |
| 18:00     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 18:00 |
| 18:30     | <div><div>18:15-19:00<br/>FIGHT DO 45<br/>大場</div></div>                | <div><div>18:15-19:00<br/>エアロ初中級<br/>栗原</div></div>                                                                                                                    | <div>18:00-18:45<br/>おなかすっきりヨガ<br/>高畑</div>     |                                                                                                                                                    | 18:30 |
| 19:00     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 19:00 |
| 19:30     | <div></div> <div>19:15-20:15<br/>無理なく股関節の<br/>柔軟性UPヨガ<br/>高畑</div>                                                                                         | <div>4階予約</div> <div><div>19:20-20:20<br/>KI MAX 60<br/>大場</div><div></div></div>   | <div>19:00-19:45<br/>岩盤ヨガ<br/>春山優子</div>        |                                                               | 19:30 |
| 20:00     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 20:00 |
| 20:30     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            | <div>20:00-20:45<br/>ビューティストレッチ<br/>春山優子</div>  |                                                                                                                                                    | 20:30 |
| 21:00     | <div><div>20:30-21:15<br/>ZUMBA<br/>AKANE</div></div>                   |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 21:00 |
| 21:30     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            | <div>21:00-21:45<br/>岩盤ヨガ<br/>竹内</div>          |                                                                                                                                                    | 21:30 |
| 22:00     |                                                                                                                                                                                                                                               | <div><div>21:30-22:15<br/>HIPHOP<br/>AKANE</div></div>                                                                                                                 |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 22:00 |
| 22:30     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 22:30 |
| 23:00     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    | 23:00 |