

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日 営業開始 10:00	金曜日	土曜日	日曜日	
<div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; font-weight: bold;">休館日</div>	10:30~11:30 Nobu <b>ACTIVE</b>	10:30~10:50 Mio のってみよう！トランポリン	10:30~11:15 Miku <b>POWER</b>	10:30~11:30 Miho <b>CENTERGY</b>			
	11:40~12:25 Miho <b>groove</b>	11:05~11:50 Mio <b>BLAST</b>	11:25~12:10 Miho <b>fight</b>	11:40~12:25 Yumi ステップ初級		11:00~12:00 Miku <b>POWER</b>	
	12:35~13:35 Miku やさしいピラティス	12:00~12:30 Yumi <b>CORE</b>	13:30~14:00 Yumi アンジージャンプ	13:30~13:50 Yumi のってみよう！トランポリン	13:45~14:15 Shige <b>CORE</b>		
	14:00~14:50 Mio <b>ZUMBA fitness</b>	14:10~14:55 Miku <b>groove</b>	14:10~14:55 Mio らくっとエアロ	14:05~15:05 Yumi <b>ACTIVE</b>	14:25~14:55 Nobu アンジージャンプ	14:00~15:00 Daiki <b>fight</b>	
	15:00~15:45 Miho <b>CENTERGY</b>	15:05~16:05 Yuka 姿勢改善ピラティス (FRP)	15:05~16:05 藤森 やさしいヨガ	15:15~15:45 Miku / Daiki <b>fight</b>	15:05~16:05 Mio <b>BLAST</b>	15:10~16:10 AMANO <b>CENTERGY</b>	
	18:20まで バレエ教室	18:45まで ダンス教室	18:45まで ダンス教室	18:00まで 空手教室	16:30より バレエ教室		
	このマークは初めてでも安心なクラスです				<b>■各レッスン定員数</b> <input type="checkbox"/> 19名 UNGJump / のってみようトランポリン <input type="checkbox"/> 25名 Group Core / Group Blast / Group Active <input type="checkbox"/> 30名 Group Power / Group Centergy ステップ初級 / ヨガピラティス <input type="checkbox"/> 35名 Group Fight / Group Groove / ZUMBA / エアロ		
	19:10~19:55 Shige <b>BLAST</b>	19:10~19:40 Mio アンジージャンプ	19:10~20:10 斎藤 <b>ZUMBA fitness</b>	19:10~20:10 Shige <b>POWER</b>	18:40~19:00 Miku ストレッチクラス	営業終了20:00	
	20:05~20:55 Miku <b>fight</b>	19:50~20:50 Nobu <b>ACTIVE</b>	20:20~21:20 AMANO <b>CENTERGY</b>	20:20~21:20 藤森 リセットヨガ (整えるヨガ)			
	営業終了 22:00						

★★皆様が快適・安全にエクササイズを楽しんでいただくため★★  
 \*途中参加(入場)について...  
 開始時刻以降は、安全面(怪我等)の問題よりご遠慮いただいております。  
 \*途中退場(退場)について...  
 やむを得ない場合を除きご遠慮いただいております。  
 \*使用ツールはご自身の分のみご用意ください。  
 \*スタジオ入れ替え制について  
 レッスン終了後、清掃を行います。清掃完了まで、スタジオ外にてお待ちください。  
 \*各レッスン、迷途となる行動はご遠慮ください。  
 スペースなど、お振り合っただご参加をお願い申し上げます。  
 ※祝祭日他、通常スケジュールと異なる場合がございます。  
 別紙スケジュール表にてご確認ください。