

2018年 3月 21日(水)～春分の日～ 祝日スケジュール

時間	Main Studio	BelGarden	Cycling Studio	
9:30		要予約35		
9:45	新曲 9:50-10:50 オキシジェノ 新曲発表 片岡 梢	9:50~10:50 ろっ骨エクササイズ 温カキラ 加藤 智代 ☺👣📱		
10:00				
10:15				
10:30				
10:45	要予約45	要予約35		
11:00	11:05-12:05 ズンバ 柿塚 アンドレ	11:05-12:05 温ヨガ 片岡 梢 ☺👣📱	11:10-12:10 スピニング 館 正訓	
11:15				
11:30				
11:45				
12:00	要予約34	要予約24		
12:15	12:20-13:20 オリジナルバーベルEX 柿塚 アンドレ	12:20-13:10 Ba.コンディショニング 山下 光子 ☺👣📱		
12:30				
12:45				
13:00				
13:15	要予約24			
13:30	13:40-14:40 カーディオキック SHIZUKA	13:25-14:25 Ba.メソッド 山下 光子 ☺👣📱	新曲 14:00-14:45 トップライド 新曲発表 梶山 猛 ☺	
13:45				
14:00				
14:15				
14:30	要予約34			
14:45	新曲 15:00-16:00 エクストリーム55 新曲発表会 Aya			
15:00				
15:15				
15:30				
15:45	要予約35	要予約35		
16:00	新曲 16:20-17:20 ユーバウンド 新曲発表会 Aya	16:15-17:00 温バランス コーディネーション 村山 さとみ ☺👣📱		
16:15				
16:30				
16:45				
17:00				
17:15				
17:30				
17:45				
18:00				
18:15				
18:30				
18:45				

ラディカルフィットネス 新曲発表会

「新曲」マークのあるクラスは、ラディカルフィットネス2018年4月からの新ナンバーをひと足早くお届けします！次のナンバーも世界の最新曲が盛り沢山！！音楽と動きがマッチすることで限界を突破できるラディカルフィットネス♪これから始められる方にも絶好のタイミングです！是非ご参加ください！

※要予約レッスンへのご参加には整理券が必要です。

- ◆当日営業開始時刻よりスタジオバスにてお取りいただくか、インターネット予約システムをご利用ください。
- ◆黒枠のレッスンは使用するツールに限りがございます。ツールの数をもって定員とさせていただきます。

祝日営業時間 9:30～19:00