













## 振替休日(2/23)スケジュール

	3F	4F	フール・スパ	
	A	B	C	
10:30				10:30
11:00	エアロ(45) 10:45~11:30 金杉 智哉 			11:00
11:30				11:30
12:00	カーディオキック(45) 11:55~12:40 EMI 	LES MILLS BODYBALANCE45 ※FX 12:05~12:50 凛(Rin) 		12:00
12:30				12:30
13:00	MEGADANZ45 13:10~13:55 EMI 	健美操(45) 13:00~13:45 迎 しのぶ 		13:00
13:30				13:30
14:00	RADICAL FITNESS	LES MILLS		14:00
14:30	Rm 	BODYCOMBAT30 14:35~15:05 SHOEI 	リラックスヨガ(45) 14:30~15:15 西内 やよい	14:30
15:00	リトモス60 MIX 15:15~16:15 EMI 			15:00
15:30			ヨガ(45) 15:30~16:15 西内 やよい	15:30
16:00	SPECIAL 	LES MILLS BODYJAM60		16:00
16:30		16:20~17:20 池田将英×凛 		16:30
17:00				17:00
17:30		LES MILLS BODYPUMP60 HEAVY 18:00~19:00 SHOEI×徳電也 	【カルチャースクール】 バレエ(初中級) 17:30~18:30 AURA	17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00			SPECIAL 	19:00
閉館時間 20:00				