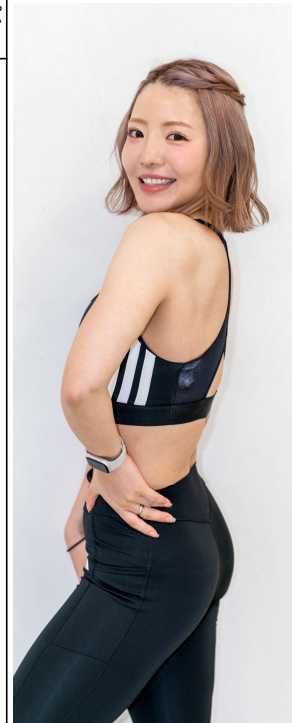




### 4/29(水) バレエ×チェロ コラボ発表会

予約不要

4/29(水)・昭和の日				4/30(木)・特別祝日営業日				5/2(土)・特別祝日営業日						
	3F	4F		フール・スパ		3F	4F		フール・スパ		3F	4F		フール・スパ
	A	B	C			A	B	C			A	B	C	
10:30	LES MILLS BODYCOMBAT30 10:30~11:00 凛(Rin)	はじめてバレエ(30) 10:25~10:55 村木 のりこ	アシタンヨガ(60) 10:25~11:25	アクアウォーク(20) 10:30~10:50	10:30	ラテン&ファンキー GROOVE(45) 10:25~11:10		モーニングフローヨガ (45) 10:30~11:15	アクアウォーク(30) 10:30~11:00 阿部 治子	10:30	ストレッチ(30) 10:30~11:00 村木 のりこ			
11:00			橋立 弥生	アクアダンス(30) 11:00~11:30 EMI	11:00	中島 真理子		橋立 弥生	アクア(45) 11:15~12:00 阿部 治子	11:00				
11:30	ラテン&ファンキー GROOVE(45) 11:20~12:05 中島 真理子	ヴァンヤサヨガ(45) 11:45~12:30 橋立 弥生			11:30		エアロ(45) 11:30~12:15 丸山 秋子			11:30	バレエ(45) 11:25~12:10 村木 のりこ	LES MILLS BODYPUMP45(TB) 11:35~12:20 ALISA		
12:30	MEGADANZ45 12:45~13:30 EMI		Dance meets Cello 12:30開演 村木のりこ×凛		12:30	リズム&ステップ(45) 12:25~13:10 Yukky		ヨガ(45) 12:25~13:10 中野 サトミ		12:30		LES MILLS		
13:00					13:00					13:00		BODYJAM45 12:50~13:35 凛(Rin)	バレエハーレックス ピキナー(30) 12:50~13:20	
13:30					13:30	バレトン(45) 13:35~14:20 村木 のりこ		エアロ(45) 13:20~14:05 児島 真里		13:30	LES MILLS		【カルチャースクール】 初級バレエ (センターレッスン) 13:30~14:30 村木 のりこ 有料	
14:00	ZUMBA(45) 14:00~14:45 児島 真里	ステップ(30) 14:00~14:30 EMI			14:00			太極拳(45) 14:30~15:15 吉野 天人		14:00	BODYBALANCE45 ※FX 14:00~14:45 凛(Rin)			
14:30	ZUMBA リトモス45 15:00~15:45 EMI	Rm			14:30					14:30	LES MILLS	シンプルエアロ(30) 15:00~15:30 金杉 智哉		
15:30			ヨガ(45) 15:30~16:15 いそみ		15:30			バレエ初級(45) 15:20~16:05 AURA		15:00	LES MILLS	BODYATTACK60		
16:00	LES MILLS BODYJAM45 16:15~17:00 凛(Rin)				16:00					15:25~16:25 Sari&徳電也 有料	16:00	エアロ(45) 15:45~16:30 金杉 智哉		
16:30					16:30	ダンススクール クルール ※キッズ※ 16:30~18:30	MEGADANZ60 16:30~17:30 EMI×ALISA			16:30	LES MILLS Rm			
17:00		LES MILLS BODYATTACK60 17:15~18:15 徳 電也	ピラティス(45) 17:00~17:45 いそみ		17:00			BODYCOMBAT45 17:45~18:30 徳 電也×ALISA		17:00	BODYCOMBAT60 17:00~18:00 Sari&ALISA 有料	17:00	リトモス60 17:00~18:00 池田 将英	
17:30					17:30					17:30				
18:00					18:00					18:00				
18:30					18:30					18:30				
閉館時間 19:00														



### 5/2(土) ゼクシス×SARI コラボレッスン

参加には事前の予約が  
必要となります

5/3(日)・憲法記念日					5/4(月)・みどりの日					5/5(火)・こどもの日					5/6(水)・振替休日				
3F		4F		フール・スパ	3F		4F		フール・スパ	3F		4F		フール・スパ	3F		4F		フール・スパ
A	B	C	A		B	C	A	B		C	A	B	C		A	B	C		
10:30	JAZZダンス(45)	ラテン&ファンキーGROOVE(45)		アクアウォーク(30)	エアロ(45)				10:30						10:30				
11:00	10:40~11:25 村木 のりこ	10:20~11:05 中島 真理子		10:30~11:00 阿部 治子	10:45~11:30 金杉 智哉				11:00	HIPHOP リズムトレーニング					11:00				
11:30		LES MILLS		11:15~12:00 阿部 治子					11:30	Malko					11:30				
12:00		BODY PUMP 45(TB)			11:55~12:40 EMI				12:00						12:00				
12:30		ALISA							12:30						12:30				
13:00		LES MILLS							13:00						13:00				
13:30		BODY COMBAT 45							13:30						13:30				
14:00		ALISA							14:00						14:00				
14:30									14:30						14:30				
15:00									15:00						15:00				
15:30									15:30						15:30				
16:00									16:00						16:00				
16:30									16:30						16:30				
17:00									17:00						17:00				
17:30									17:30						17:30				
18:00									18:00						18:00				
18:30									18:30						18:30				

閉館時間 19:00