

9/21(月)・敬老の日					9/22(火)国民の休日					9/23(水)秋分の日				
	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		ダンスエクササイズ(45)	基本のヨガ(45)		10:30		【カルチャースクール】HIPPOP(60)	パワーヨガ(45) 10:30～11:15		10:30		はじめてバレエ(45) 10:25～11:10	アシュタンヨガ(60) 10:25～11:25	アクアウォーク(20) 10:30～10:50
11:00		10:40～11:25 AYA	10:40～11:25 真重子		11:00		10:30～11:30 中島 真理子			11:00		10:25～11:10 村木 のりこ	10:25～11:25 横立 弥生	アクアダンス(30) 11:00～11:30 EMI
11:30					11:30		ZUMBA			11:30	ラテン&ファンキー 11:20～12:05 中島 真理子			
12:00	カーデイオキック(45) 11:55～12:40 EMI	フリースタイルダンス(45) 12:00～12:45 AYA			12:00		ZUMBA(45) 12:00～12:45 中島 真理子			12:00		ウィンヤサヨガ(45) 11:45～12:30 横立 弥生	【カルチャースクール】バレエ(ベシック) 11:45～13:15 村木 のりこ 60分or90分 選んでいただけます！	
12:30					12:30	エアロ(40) 丸山 秋子	12:15～12:55			12:30	【カルチャースクール】フラダンス(60) 12:30～13:30 高橋 敦子			
13:00	MEGADANZ45 13:10～13:55 EMI		健美操(45) 13:00～13:45 週 しのぶ		13:00		Rm			13:00				
13:30					13:30		リトモス45 13:25～14:10 天野 正太郎			13:30	ZUMBA		フラダンス30 13:45～14:15 高橋 敦子	
14:00	RADICAL FITNESS	LES MILLS BODYCOMBAT45 14:25～15:10 凛(Rln)	リラックスヨガ(45) 14:30～15:15 西内 やよい		14:00					14:00	ZUMBA(45) 14:00～14:45 児島 真里	ステップ(30) 14:00～14:30 EMI		
14:30	Rm				14:30		バレットン(45) 14:40～15:25 天野 正太郎			14:30		Rm		
15:00	☆新曲発表☆				15:00					15:00		リトモス45 15:00～15:45 EMI		
15:30	リトモス60		ヨガ(45) 15:30～16:15 西内 やよい		15:30					15:30	LES MILLS			
16:00	15:30～16:30 EMI				16:00					16:00	☆新曲発表☆			
16:30	☆新曲発表☆				16:30	LES MILLS				16:30	BODYJAM45 16:00～16:45 池田将英×凛			
17:00	BODYATTACK60				17:00	☆新曲発表☆				17:00		☆新曲発表☆		
17:30	17:00～18:00 凛(Rln)		【カルチャースクール】バレエ(初中級)		17:30	BODYCOMBAT60	9/21 リトモス新曲発表	9/22 BODYCOMBAT新曲発表		17:30		MEGADANZ60 17:00～18:00 EMI×ALISA×池田将英		
18:00	LES MILLS		17:30～18:30 AURA		18:00	電 電也	9/23 BODYJAM & MEGADANZ 新曲発表			18:00				
18:30					18:30					18:30				

閉館時間 19:00

※※9/18(土)および9/19(日)は通常通りの営業時間となります※※