

6月8日（月）～ スタジオレッスン予約制となります。

月曜日		火曜日		水曜日	
《予約時間》 8:30～ 定員に達し次第終了 《予約場所》 受付	9:00～9:20 朝のストレッチ	《予約時間》 8:30～ 定員に達し次第終了 《予約場所》 受付	9:00～9:20 朝のストレッチ	《予約時間》 8:30～ 定員に達し次第終了 《予約場所》 受付	9:00～9:30 朝ヨガ 有富
	9:40～10:25 オリジナル ステップ (初・中級) 江口		9:40～10:30 パーフェクト ボディ 森永		9:45～10:30 ZUMBA 石本
	10:35～11:05 シェイプアップ エアロ 江口		10:40～11:10 初めてステップ 森永		10:45～11:30 ピラティス 石本
《予約時間》 11:00～ 定員に達し次第終了 《予約場所》 受付	11:30～12:30 拳闘フィットネス 迫本	《予約時間》 11:00～ 定員に達し次第終了 《予約場所》 受付	11:30～12:30 タイチー フィットネス 迫本	《予約時間》 11:00～ 定員に達し次第終了 《予約場所》 受付 (注意)フラダンス 参加希望日一週間前から予約を受付。 15時～予約開始。定員に達し次第終了。	12:00～13:30 卓球
	12:40～13:40 オリジナル エアロ リエ		13:10～15:00 卓球		14:00～15:00 フラダンス 江藤
	15:00～16:00 ヨーガセラピー 呼吸法 今村				
《予約時間》 19:00～ 定員に達し次第終了 《予約場所》 受付	19:45～20:30 快眠ストレッチ 平井	《予約時間》 19:00～ 定員に達し次第終了 《予約場所》 受付	19:30～20:15 チャレンジ エアロ 江口	《予約時間》 19:00～ 定員に達し次第終了 《予約場所》 受付	19:30～20:15 オリジナル エアロ 山北
	20:45～21:30 オリジナルステップ 山北		20:30～21:30 リセットヨガ あいの		20:30～21:30 フリージングヨガ 竹田