

7月15日(日) プログラム

VIO
NONOICHI

時 間	レッスン内容	場 所	担 当
10:30~11:15	かんたんエアロ45	MAX	ダンディ
11:45~12:45	 BODYPUMP <small>LES MILLS BODY TRAINING SYSTEMS</small>	MAX	HEYさかい
13:00~14:00	アロマヨガ	MAX	中山
14:15~15:15	 BODYATTACK <small>LES MILLS BODY TRAINING SYSTEMS</small>	MAX	津田
15:30~16:15	SH'BAM	MAX	アリーナ
16:45~17:45	 BODYCOMBAT <small>LES MILLS BODY TRAINING SYSTEMS</small>	MAX	カーフたばた
13:00~13:30	X55	POWER	カーフたばた
13:40~14:10	ボディリセット	POWER	カーフたばた
11:45~12:30	Hot Yoga	 nano 癒	nanotech studio 若山
14:30~15:15	Hot Yoga	 nano 蓮	nanotech studio コーン
15:45~16:30	Hot Yoga	 nano 熱	nanotech studio NICO
17:45~18:30	Hot Yoga	 nano 焰	nanotech studio HITOMI
15:00~15:30	ノム塾	プールエリア	野村

※都合により、レッスン内容・担当が変更する場合がございます。

※HP、アプリからもプログラムをご確認できます。