

2023/9

WOMANS STUDIO

ACTY Base

2023/9/16 更新

- 変更・追加レッスン
- 暗闇レッスン
- ★ シューズが必要なクラス

店舗情報		
営業時間	月曜日～金曜日	9:00 - 23:00
	土曜日	8:00 - 20:00
	日曜日	8:00 - 18:00
休館日	毎週火曜日、夏期休館日、年末年始	

	月曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		
	ACTY Studio	HOT Studio	ACTY Studio	HOT Studio	ACTY Studio	HOT Studio	ACTY Studio	HOT Studio	ACTY Studio	HOT Studio	ACTY Studio	HOT Studio	
7:30	チェックイン 8:00											7:30	
8:00	チェックイン 9:00											8:00	
8:30												8:30	
9:00												9:00	
9:30		[定員12名]								[定員12名]			9:30
10:00		ホットヨーガ・ベースック 9:40-10:10 Kurumi											10:00
10:30		[定員12名]								[定員12名]			10:30
11:00		ホットヨーガ・ベースック 10:30-11:15 増田 祥子											11:00
11:30	★[定員20名]												11:30
12:00	VOLT JUMP 11:30-12:15 松澤 みどり	[定員12名]											12:00
12:30		ホットヨーガ・ウエストシェイプ 12:00-12:45 Nami	Group Centergy 30 12:00-12:30 五十嵐 咲姫										12:30
13:00	★[定員20名]												13:00
13:30	Group Fight 12:55-13:40 桂 美佳												13:30
14:00	★[定員11名]												14:00
14:30	★[定員20名]												14:30
15:00	Group Power 14:45-15:30 鈴木 琴巳												15:00
15:30													15:30
16:00													16:00
16:30													16:30
17:00													17:00
17:30													17:30
18:00													18:00
18:30													18:30
19:00	★[定員20名]												19:00
19:30	VOLT JUMP 19:20-20:05 住田 葉音												19:30
20:00	★[定員11名]												20:00
20:30	VOLT BOX 20:30-21:00 佐藤 衣珠												20:30
21:00													21:00
21:30													21:30
22:00													22:00
22:30													22:30
23:00													23:00
23:30	チェックアウト 23:00											23:30	
0:00												0:00	

《レッスンの詳細はこちら》

