

11月23日 (木・祝)	
ACTY Studio	HOT Studio
チェックイン 8:00	
暗闇レッスンで燃焼&ストレス発散!! HOTスタジオでデトックス♥カラダの中から美しく!	
9:00	9:00
9:30	9:30
10:00	10:00
10:30	10:30
11:00	11:00
★ [定員20名] VOLT DRUM 10:55~11:25 松澤 みどり	[定員12名] ホットスタイル プラティス 10:50~11:35 荒木 良子
11:30	11:30
[定員20名] infinity flow 11:45~12:30 松澤 みどり	[定員12名] ホットヨーガ・ベーシック 12:35~13:05 Kurumi
12:00	12:00
12:30	12:30
13:00	13:00
こどもみらいプロジェクト	[定員12名] ホットヨーガ・ウエストシェイプ 13:40~14:10 Kurumi
	13:30
	14:00
14:30	14:30
15:00	15:00
★ [定員11名] VOLT BOX 15:30~16:00 中川 梨沙	[定員12名] ホットヨーガ・ベーシック 15:00~15:45 高橋 良枝
15:30	15:30
16:00	16:00
16:30	16:30
17:00	17:00
17:30	17:30
18:00	18:00

体験受付中♥
詳細・ご予約は
こちら ▶▶▶



チェックアウト 18:00 【南館施設利用 17:50まで】