

8月12日 (月・祝)

ACTY Studio

HOT Studio

チェックイン 8:00

9:00	[定員10名] マシンピラティス Stretch Flow30 9:30-10:00 五十嵐 咲姫		9:00
9:30	[定員10名] マシンピラティス Stretch Flow30 10:15-10:45 松澤 みどり		9:30
10:00	[定員20名] VOLTJUMP30 11:20-11:50 松澤 みどり	[定員13名] ホットヨーガ・ベーシック45 10:30-11:15 増田 祥子	10:00
10:30	[定員20名] Group Fight 45 12:05-12:50 桂 美佳	[定員13名] ホットヨーガ・ウエストシェイプ45 12:00-12:45 Nami	10:30
11:00	[定員10名・事前予約制]	<p>女性の“美”を磨くスクールです。 夏本番!! 美しくびれをつくるための大切なポイントをお伝えします! 肋骨の可動域チェック、改善するための アプローチ方法を伝授いたします。</p>	11:00
11:30	Replet Total Beauty School 特別無料体験会 テーマ：理想のくびれ講座 13:30-14:30 小坂 仁美		[定員13名] ホットヨーガ・ベーシック45 13:50-14:35 ayumi
12:00	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		12:00
12:30	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		12:30
13:00	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		13:00
13:30	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		13:30
14:00	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		14:00
14:30	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		14:30
15:00	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		15:00
15:30	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		15:30
16:00	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		16:00
16:30	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		16:30
17:00	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		17:00
17:30	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		17:30
18:00	[定員20名] Group Power 45 14:50-15:35 後藤 奈央		18:00

チェックアウト 18:00 【南館施設利用 17:50まで】