

7月21日祝日プログラム

※21日のみ営業時間が変更となっております

時間	7/21(月)	時間
9:00	9:00 OPEN	9:00
9:15		9:15
9:30	ヨガ ★	9:30
9:45	ハタ	9:45
10:00	9:30-10:30	10:00
10:15	マイコ	10:15
10:30	Warm	10:30
10:45	★★特別レッスン★★	10:45
11:00	ヨガ ★★	11:00
11:15	太陽礼拝B	11:15
11:30	11:00-12:00	11:30
11:45	マイコ	11:45
12:00	Warm	12:00
12:15		12:15
12:30	ヨガ ★	12:30
12:45	ヒーリングフロー	12:45
13:00	12:30-13:30	13:00
13:15	山崎陽子	13:15
13:30		13:30
13:45		13:45
14:00	★代行★	14:00
14:15	マシンピラティス ★★	14:15
14:30	Intermediate(中級)	14:30
14:45	14:15-15:15	14:45
15:00	山崎 陽子	15:00
15:15	★代行★	15:15
15:30	マシンピラティス ★	15:30
15:45	Basic	15:45
16:00	15:30-16:30	16:00
16:15	ikumi	16:15
16:30		16:30
16:45		16:45
17:00	17:00 CLOSE	17:00