

3月20日(祝) プログラム			時間
アリーナ	スタジオ	ジムエリア	
			10:00
11:00~11:45 バレトン KANA	11:15~11:45 ホットストレッチ		11:00
12:00~12:45 ヨガリズム KANA	12:00~12:30 ホットゆるトレ		12:00
13:00~13:45 カキラ Kimiko	13:15~14:15 ホット デトックスヨガ SANAЕ (有料登録制)		13:00
14:00~14:45 かんたんエアロ 坂上	14:25~15:10 ホット骨盤EX SANAЕ		14:00
15:00~15:45 slow flow ヨガ 藤本(京美)			15:00
	16:00~16:45 脂肪燃焼ヨガ ★★★ 岩井		16:00
16:30~17:15 Jrスクール キッズダンス	17:00~17:45 はじめてのホットヨガ ★★ 岩井		17:00
17:30~18:30 Jrスクール キッズダンス	18:00~18:45 ホットシェイプ ★★★ スタッフ		18:00