

8月11日(お盆特別営業) プログラム			時間
アリーナ	スタジオ	ジムエリア	
10:15~11:00 リラックスヨガ 水野			10:00
			11:00
11:30~12:15 ハタフロー hiromi	11:30~12:15 ホットピラティス 松山		12:00
	12:30~13:15 ホットベーシックヨガ ★ hiromi		13:00
12:55~13:40 パワーヨガ 中村	13:35~14:20 デトックス&コアヨガ misa		14:00
14:00~14:45 ラテンダンス basic styling 山本	14:35~15:20 リラックスヨガ misa		15:00
15:00~15:50 ZUMBA50 山本			
	16:00~16:45 リラックスヨガ 出口		16:00
17:00~18:00 Jrスクール アドベンチャー 6(シックス)	17:00~17:45 シェイプアップヨガ 出口		17:00
			18:00