

12月24日(月) 天皇誕生日振替日・12月28日(金) 年末年始スケジュール

	12月24日(月)		12月28日(金)	
時間	スタジオ	ジムエリア	スタジオ	ジムエリア
8:00				
8:30	8:15~9:00 HOTフリー		8:15~9:00 HOTフリー	
9:00				
9:30	9:30~10:15 HOTピラティス 山口 千恵子		9:30~10:15 HOTピラティス 新名 考子	
10:00				
10:30				
11:00	10:45~11:30 HOTYOGA コリオ SAMI		10:45~11:30 HOTYOGA デトックス 阪本 美佳子	
11:30				
12:00	12:00~12:45 HOTYOGA デトックス 高岩 加奈子	美尻シェイプ 11:45~12:00	12:00~12:45 HOTYOGA リフレッシュ 阪本 美佳子	ウエストシェイプ 11:45~12:00
12:30				
13:00		ウエストシェイプ 13:00~13:15		美尻シェイプ 13:00~13:15
13:30				
14:00				
14:30	14:30~15:30			
15:00	 横山 実季		15:00~15:45	
15:30			 横山 実季	
16:00				
16:30	16:30~17:30  BODYATTACK 武川瑠那		16:15~17:00  YUMI	
17:00				
17:30			17:30~18:15 ルーシーダットン くむら みわ	
18:00				
18:30	営業時間 12月24日(月・祝) 8:00~19:00 12月28日(金) 8:00~19:00			
19:00				