

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
8:00	【ご案内】ご確認の上、ご参加をお願いいたします						NEW
8:30	・十分な換気を行うため、全てのクラスを常温設定とし常時換気、 入り口扉は開放しての実施となります。（必要な方は上着等ご持参の上ご参加ください） ・ご参加いただいた方の間隔を十分に確保するため、全プログラムで定員を設定しております。 ・モザイクモール港北短縮営業に伴い、当施設も平日10：00～20：30までの営業となります。 現状4日(土)、5日(日)は休業となり全てのプログラムが閉講、ジムエリアもご利用不可となります (今後運用が変更する場合もございます) ※ご参加時の整列、スタジオ内レッスン前後の会話はご遠慮ください						8:20～9:10 ヨガコロオ 三木 愛加
9:00							
9:30						9:20～10:10 リラックスヨガ 福田 美鈴	9:30～10:20 美軸ライン® ストレッチ TOMOMI
10:00							
10:30	10:20～11:10 リラックスヨガ 鈴木 瑞子	10:20～11:10 ビギナーヨガ ゆったりほぐしヨガ 大石 修子	10:20～11:10 ZUMBA YUMI	10:20～11:10 ミドルヨガ コアを鍛えるヨガ 阪本 美佳子	NEW 10:30～11:20 BOUND 熊谷 美咲	NEW 10:40～11:30 Brain to Balance 角田 淳子	
11:00				NEW			
11:30	11:30～12:20 スリムフローヨガ 鈴木 瑞子	11:30～12:20 Re:style 若林 友美	11:30～12:20 リラックスヨガ 平野 夕貴	11:30～12:20 骨盤調整ヨガ 内側も外側も美しく 平野 夕貴	11:40～12:30 ZUMBA 武内 のぞ美	11:50～12:40 ビギナーヨガ まずは基本をマスター 渡 美樹	
12:00							
12:30	担当者変更		NEW				
13:00	12:45～13:45 AntiGravity® FunBasic 最終週のみRest MihoSally/Chihiro	12:40～13:30 EARTH ユニバーサルヨガ アース 横山由美子	12:40～13:30 POWER HIPNESS スタッフ				
13:30	担当者変更				13:00～13:50 骨盤調整ヨガ 循環が良くなり 心と体が整うヨガ 大石 修子	13:10～14:00 キックシェイプ YUCA	
14:00	14:05～15:05 AntiGravity® FunMix Chihiro/MihoSally	13:50～14:40 リンパフローヨガ シンプルなヨガと セルフケア 成田 瑞穂	13:50～14:40 Balletone 辻 妙子			4日(土)・5日(日) 終日休業	
14:30				NEW	14:40～15:30 美軸ライン® ストレッチ TOMOMI		
15:00							
15:30							
16:00		NEW 16:00～16:50 POWER HIPNESS スタッフ				16:00～16:50 ミドルヨガ ビギナーから ミドルへの第一歩 成田 瑞穂	15:10～16:10 AntiGravity® FunMix※3 Mayee/YUCA
16:30					NEW		担当者変更 16:30～17:30 AntiGravity® Rest YUCA/Mayee
17:00		※3/30更新 【短縮営業時間】 火曜日～金曜日 10：00～20：30（ジムエリア20：00まで） 土曜日 4日 休業決定（今後の営業は決定次第ご案内） 日曜日 5日 休業決定（今後の営業は決定次第ご案内）			17:00～17:50 BOUND 熊谷 美咲	17:10～18:00 アドバンスヨガ 呼吸に意識をむけて チャレンジ 鈴木 瑞子	
17:30							
18:00	18:00～18:50 EARTH ユニバーサルヨガ アース 横山由美子	18:00～18:50 スリムフローヨガ 内藤 美砂	18:00～18:50 美軸ライン® ストレッチ TOMOMI			NEW 18:20～19:10 ビギナーヨガ 心と身体を労るヨガ ミカ	
18:30					NEW		
19:00					18:50～19:40 スリムフローヨガ 平野夕貴		
19:30	19:10～20:00 ミドルヨガ 体幹を鍛えるヨガ 望月 理絵	19:10～20:00 協栄シェイプ ボクシング MIWA	19:10～20:00 リンパフローヨガ むくみ解消スッキリヨガ 渡 美樹				
20:00					NEW 20:10～20:40 BOUND 熊谷 美咲		
20:30	20:20～21:10 Re:style kiyono	20:20～21:10 TRF EZ DO DANCEROIZE SALA	20:20～21:10 デトックスヨガ 高山 由希子				
21:00				NEW	NEW 21:10～22:00 POWER HIPNESS スタッフ		
21:30	21:30～22:20 リンパフローヨガ アンチエイジング 杉崎 智子	21:30～22:20 BOUND 熊谷 美咲	21:30～22:20 Re:style kiyono				
22:00							
22:30	●短縮営業に伴い平日最終2クラスは閉講となります ●平日短縮営業時間 10：00～20：30までとなります						
23:00							