

2026年10月12日(月・祝) スポーツの日

9月14日(月)より通常クラス順次WEB予約開始！

レッスンにご参加の際はWEBサービスより事前に座席をご予約ください

	Studio Natural	Studio Volcano	GYM	
8:00				8:00
8:30				8:30
9:00	8:35~9:20 RITMOS 佐藤陽子	8:30~9:45 岩盤浴 Free Time ※予約不要 途中入場可		9:00
9:30				9:30
10:00	10:00~10:45 ファイティング エクササイズ 松本彩			10:00
10:30		10:15~11:00 VolcanoYoga デトックス KANA		10:30
11:00				11:00
11:30	11:15~12:00 リラックスヨガ 加地由樹子	11:30~12:15 Volcano Yoga ビギナー 星宏美		11:30
12:00				12:00
12:30	12:30~13:15  福山春菜			12:30
13:00		12:45~14:00 リンパフロー 全身パーフェクトケア ～お顔リンパ大洗浄～ 小松渚	オプション会員 13:05~13:35 KANA	13:00
13:30	13:35~14:30 特別パーソナル講座 戸澤和明			13:30
14:00			オプション会員 14:25~14:55 KANA	14:00
14:30	14:50~15:35 LES MILLS BODYPUMP MASA	14:20~15:05 VolcanoYoga 骨盤調整 菅野有希		14:30
15:00				15:00
15:30		15:25~16:10 VolcanoYoga ビギナー 菅野有希		15:30
16:00	16:00~17:00 LES MILLS BODYBALANCE 奥山妙子×福川竣祐			16:00
16:30		16:30~17:15 VolcanoYoga ミドル モリーニョユミコ		16:30
17:00				17:00
17:30	17:30~18:15 LES MILLS DANCE 奥山妙子	17:35~18:20 VolcanoYoga 骨盤調整 モリーニョユミコ	オプション会員 17:45~18:15 Lucus	17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00				19:00
19:30				19:30
20:00				20:00

祝日営業時間 8:00~20:00

有料イベントクラス

無料イベントクラス

岩盤ホットクラス