

2026年7月20日(月)海の日

6月22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	マシンピラティス	
8:00				8:00
8:30				8:30
9:00	8:35~9:20 RITMOS 佐藤陽子	8:30~9:30 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 リフレッシュ 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  なな			12:30
13:00		13:00~13:45 VolcanoYoga 骨盤調整 菅野有希	オプション会員 13:05~13:35 KANA	13:00
13:30	13:40~14:25 LES MILLS BODYBALANCE ~FLEXIBILITY~ 福川竣祐			13:30
14:00		14:15~15:00 VolcanoYoga リンパフロー 菅野有希	オプション会員 14:25~14:55 KANA	14:00
14:30	14:50~15:35 LES MILLS BODYPUMP MASA			14:30
15:00		15:20~16:05 VolcanoYoga ミドル モリーニョユミコ		15:00
15:30				15:30
16:00	16:10~17:25 LES MILLS BODYCOMBAT 吉永怜史×KANA	16:25~17:10 VolcanoYoga 骨盤調整 モリーニョユミコ	オプション会員 16:30~17:00 Lucus	16:00
16:30				16:30
17:00		17:40~18:25 Wow! HIP Chika		17:00
17:30	18:00~18:45  尾島真理			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

岩盤ホットクラス

有料通常クラス