



2026年2月11日(水)建国記念日スケジュール

1月14日(水)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			
8:30	8:30~9:15 Wow! HIP EX HARD Luna	8:35~9:20 VolcanoYogaミドル ~骨盤調整~ 尾島真理	
9:00			
9:30			
10:00			
10:10~10:55			10:15~10:45 アILTレ
10:30	10:10~10:55 K-POP CHOA Luna	10:35~11:20 VolcanoYoga ビギナー 裕次	
11:00			
11:15~12:00	11:15~12:00 LES MILLS BODYPUMP Ruri	11:40~12:25 VolcanoYoga デトックス KANA	11:15~11:45 アILTレ
11:30			
12:00			
12:25~13:10	12:25~13:10 LES MILLS BODYATTACK Ruri	こちらのクラスは次のクラスのため、 室温を少しずつ低くさせていただきます。	12:15~12:45 アILTレ
13:00			
13:30	★ 13:30~14:15 MEGADANZ RADICAL FITNESS 高橋奈津	13:10~13:55 美軸ラインストレッチ ~Warm~ yuka	13:15~13:45 アILTレ
14:00			
14:30	★ 14:35~15:20 ZUMBA 高橋奈津	14:15~15:00 美軸フェイス ~Warm~ yuka	14:15~14:45 アILTレ
15:00			
15:30		15:20~16:05 YOGAミドル ~Warm~ 谷野智子	15:15~15:45 アILTレ
16:00	15:50~17:20 LES MILLS BODYPUMP & LES MILLS BODYCOMBAT 一輝	女性専用クラス 16:25~17:10 デトックスヨガ ~Warm~ 谷野智子	16:15~16:45 アILTレ
16:30			
17:00			17:15~17:45 アILTレ
17:30		17:35~18:20 リンパフローヨガ ~Warm~ ヴェルデひとみ	
18:00			
18:30			18:15~18:45 アILTレ
19:00			
19:30			
20:00			

祝日営業時間 8:00~20:00

Information

【マシンピラティス スケジュール】

13:15~13:45 KANA

14:20~14:50 KANA

17:40~18:10 Ruri

19:00~19:30 Ruri

※オプション会員

Special Event★

LES MILLS BODYPUMP & **LES MILLS BODYCOMBAT**

なんとなんと
筋トレと有酸素運動が
一度に楽しめるスペシャルな
レッスンが爆誕🔥

名付けて一輝祭り🔥🔥
レギュラーレッスンに欠かさず
ご参加いただいている方も、
普段なかなか一輝インストラ
クターのレッスンが受けられな
い方もぜひお待ちしております

※詳細は別紙POPをご確認ください



有料イベントクラス

岩盤ホットクラス