



2026年3月20日(金)春分の日スケジュール



2月20日(金)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 LES MILLS BODYCOMBAT 互太朗	8:30~9:30 岩盤浴 Free Time ※予約不要 途中入場可	
9:00			
9:30			
10:00	9:50~10:35 背骨 コンディショニング 永井宏子	10:00~10:45 骨格トレーニング <i>Re:style Focus</i> ~Warm~ マリコ	10:15~10:45 TILT
10:30			
11:00	11:00~12:00 RITMOS New Release~No.87~ 廣田茂子	11:10~11:55 ペルビックストレッチ ~Warm~ ユキ	11:15~11:45 TILT
11:30			
12:00			
12:30	12:25~13:10 UBOUND chih♡	12:15~13:00 リラックスヨガ ~Warm~ ユキ	12:15~12:45 TILT
13:00			
13:30		13:20~14:05 リンパフローヨガ ~Warm~ 阿部理佳子	13:15~13:45 TILT
14:00	13:40~14:25 LES MILLS BODYATTACK 互太朗		14:15~14:45 TILT
14:30		14:25~15:10 デトックスヨガ ~Warm~ 阿部理佳子	14:15~14:45 TILT
15:00	14:45~15:30 Wow! HIP KANA		15:15~15:45 TILT
15:30			
16:00	15:50~16:35 LES MILLS BODYCOMBAT KANA	昇温中 16:10~16:55 VolcanoYoga ビギナー 倉又由紀子	16:15~16:45 TILT
16:30			
17:00	16:55~17:40 LES MILLS BODYBALANCE Rie	17:20~18:05 VolcanoYoga デトックス Tomoko	17:15~17:45 TILT
17:30			
18:00	18:00~18:45 LES MILLS BODYPUMP Rie		18:15~18:45 TILT
18:30			
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】**

15:05~15:35 岡田純子
15:55~16:25 岡田純子
※オプション会員

Special Event★

RITMOS
New Release~No.87~
11:00~12:00

4月です!新曲です!
廣田インストラクターが
NO.87をフルリリース 🧘🌐
ここでしか味わえない
60分を一緒に楽しみましょう!!

※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