

## 12月29日 年末短縮営業スケジュール

## グループエクササイズ タイムスケジュール

	BLUE Studio	RED Studio	Volcano Studio	
8:00	42名予約制	28名予約制	40名予約制	8:00
8:30			8:30~10:00	8:30
9:00	8:45~9:30 BODY PUMP	8:40~9:25 BODY COMBAT		9:00
9:30	VR (予約不要)	VR (予約不要)	岩盤浴 Free Time (予約不要)	9:30
10:00				10:00
10:30	10:30~11:15 ピラティス 石岡 ゆか	10:15~11:00 チョアチョアフィット miyu	女性	10:30
11:00			10:30~11:15 Volcano Yoga 骨盤調整 小松 渚	11:00
11:30		煩惱イベント		11:30
12:00	11:55~12:40 BAILA BAILA 市川 紀江	11:35~12:05 WOW!HIP 矢内麻美	11:45~12:30 Volcano Yoga リフレッシュ 前田 恵	12:00
12:30		煩惱の数イベント【ワオヒ】		12:30
13:00		12:45~13:30 UBOUND 関根隆介		13:00
13:30	煩惱イベント	煩惱の数イベント【UBOUND】	13:00~13:45 ZENSEE ~陽~ 仲間 真紀	13:30
14:00	13:55~14:40 LesMills BODYATTACK 矢内麻美			14:00
14:30	煩惱の数イベント【アタック】	14:30~15:15 グラマッスルフィット SHIHO	岩盤浴 Free Time (予約不要)	14:30
15:00	煩惱イベント			15:00
15:30	15:20~16:05 LesMills BODYPUMP 井上 晓斗		15:35~16:20 Volcano Yoga ビギナー 裕次	15:30
16:00	煩惱の数イベント【パンプ】	16:05~16:50 LesMills BODYBALANCE 福川竣祐		16:00
16:30	煩惱イベント			16:30
17:00	16:50~17:35 LesMills BODYCOMBAT 井上 晓斗		16:45~17:30 Volcano Yoga 骨盤調整 裕次	17:00
17:30	煩惱の数イベント【コンバット】			17:30
18:00			17:55~19:00 岩盤浴 Free Time (予約不要)	18:00
18:30				18:30
19:00	【煩惱の数イベント】 煩惱の数の“108”にちなんだチャレンジイベントです！ 実施時間は各レッスン後15分間(アップ含む) 予約不要。イベントのみのご参加も大歓迎。エクササイズの種類は当日ご案内します！ 各レッスンにまつわるエクササイズで汗を流し、煩惱を乗り越えましょう。			19:00
19:30				19:30
20:00				20:00

全エリア営業時間 8:00~20:00