

# 2021年 GWレッスンスケジュール

	4/29 (木) 短縮営業				4/30 (金)	5/1 (土) 5/2 (日)	5/3 (月) 特別営業			5/4 (火) 短縮営業				5/5 (水) 短縮営業				
	スタジオ	芝スタジオ	トリマリン岩盤浴	AURAスタジオ			スタジオ	芝スタジオ	AURAスタジオ	スタジオ	芝スタジオ	トリマリン岩盤浴	AURAスタジオ	スタジオ	芝スタジオ	トリマリン岩盤浴	AURAスタジオ	
9:00	10:00 OPEN				10:00 OPEN	9:00 OPEN	10:00 OPEN			10:00 OPEN				10:00 OPEN				9:00
10:00																		10:00
11:00	10:30~11:30 ルーシーダットン (タイ式ヨガ) 西田	10:15~11:15 ★いきいき 転倒予防 教室 兵頭		10:15~11:15 ヨガ60 涌井	通常営業			10:15~11:00 ヨガ45 赤杖	10:15~11:15 ストレッチ &ウォーク 赤杖	代替	10:15~11:00 映像 ベーシック ヨガ	10:15~11:15 スローフロー yoga Michi	10:15~10:45 いきいき サーキット	代行	代行	10:30~11:15 オーラヨガ 熊澤	11:00	
12:00	11:45~12:15 ボディワーク アウト 兵頭	11:30~12:00 いきいき サーキット		11:30~12:15 ベーシック ヨガ 涌井				11:45~12:30 ボディワーク アウト 兵頭		11:30~12:00 ロー& シェイプ 菅原	代行	代行	11:15~12:15 ヨガ60 AYAME	11:30~12:15 ボディワーク アウト 兵頭	代行		代行	11:45~12:30 ベーシック ヨガ Michi
13:00	ジムサポート				ジムサポート		12:15~13:00 ZUMBA 菅原				12:45~13:30 ベーシック ヨガ AYAME	12:30~13:15 筋膜リリース &パイパー 兵頭	代替			13:00~14:00 ヨガ60 Michi	13:00	
14:00	12:30~13:30 ボディ シェイプ 赤杖	代行		12:45~13:30 オーラ ダイエット 熊澤		13:00~13:30 筋膜リリース &パイパー 兵頭						13:45~14:30 アクティブ ヨガ AYAME					14:00	
15:00				13:45~14:30 映像 ベーシック ヨガ														15:00
16:00		14:45~15:15 ストレッチ& サーキットコア 熊澤											15:00~15:30 筋膜リリース &パイパー 兵頭				14:45~15:30 オーラヨガ 熊澤	16:00
17:00	キッズ スクール 通常休講	ジムサポート		15:15~16:00 映像 オーフ ダイエット									ジムサポート					17:00
18:00																		18:00
	18:30CLOSE				22:00 CLOSE	18:30 CLOSE	18:30CLOSE			18:30CLOSE				18:30CLOSE				