

2月11日(土)

★祝日特別プログラム★

営業時間 10:00~20:00				
	STUDIO 1	STUDIO 2	HOTSTUDIO	
10:00~		フリースペース ※ストレッチ等でご自由にお使い下さい		10:00~
10:30~		10:30-17:30		10:30~
11:00~		おススメレッスン①	安眠ヨガ45 11:00-11:45	11:00~
11:30~		HIP HOP~ビジタークラス~ 11:50-12:50	藍 智美	11:30~
12:00~	HIP HOP60 ~ビジタークラス~ 11:50-12:50	初めてレッスンに参加したい方・これからHIP HOPにチャレンジしたい方、是非この機会に参加してみてくださいいかがですか？	骨盤トリートメント45 12:05-12:50	12:00~
12:30~	伊藤 香織		藍 智美	12:30~
13:00~				13:00~
13:30~	POWER CARDIO60 13:10-14:10	バレエ60 ~入門・初級~ 13:00-14:00		13:30~
14:00~	調整中	菅 望		14:00~
14:30~	ファイティング60 14:35-15:35		ポールストレッチ30 14:15-14:45	14:30~
15:00~	川上 友信		青木 尚土 ⑮	15:00~
15:30~			BOSU30 15:00-15:30	15:30~
16:00~	エアロスタート30 16:00-16:30		美人軸40 15:50-16:30	16:00~
16:30~	宮本 知子		塩澤 悠香里 ⑳	16:30~
17:00~	ラテンエアロ45 16:45-17:30	おススメレッスン②	ヨガ45 ~男性専用~ 17:00-17:45	17:00~
17:30~		ヨガ~男性専用~ 17:00-17:45	鈴木 千晴	17:30~
18:00~		男性専用HOTヨガ! ついに、誕生! HOT初体験の男性会員様、癒しのひと時を是非!!		18:00~
18:30~				18:30~
19:00~				19:00~
19:30~				19:30~
~HOTプログラムご参加のお客様へ~				
※HOTプログラムにご参加される際には下記持ち物をご用意下さい。				
●飲み物(非常に汗を掻きますので、ご持参をオススメします)				
●バスタオル(汗で滑りますので、必ずご用意下さい)				

⑳のマークがついているレッスンは定員制になっており、30分前よりチケットをフロントにて配布致します。

祝日プログラムはHPからもご覧いただくことができます。

エースアクセスコア で 検索

aceモバイル

aceの携帯サイトで  
店舗情報をこまめにチェック!