

	月	火	水	木	金	土
10:00						
10:30	優美心ヨガ 3日24日藤森 ホット骨盤ケア 17日31日藤森	ホットヨガfeel 上原	ハンモックex 村井	ホットヨガfeel 上原	美彩心 米山	ハンモックex 小池 29日村井
11:00						
11:30						
12:00						

13:00						ホットヨガfeel 小池 優美心ヨガ 29日池森
13:30		優美心ヨガ 米山 美彩心 11日村井			ホットヨガfeel 山村	
14:00	美彩心 村井 ホットヨガfeel 17日山村		ホットヨガEnergy 小池	ホットヨガfeel plus 小池		
14:30						
15:00						
15:30						
16:00						

18:00						
18:30						
19:00	ホットヨガfeel 長谷川		優美心ヨガ 寺坪		ホットヨガEnergy 村井	
19:30		ハンモックex 村井				ホットピラティス 堀内
20:00						
20:10						
20:30	ホットヨガEnergy 3日17日上原 24日31日村井		ホットヨガEnergy 長谷川		優美心ヨガ 寺坪	
21:00						
21:30						

### ※特別スケジュール

	時間	プログラム	担当
8/10(月)	10:30~11:30	優美心ヨガ	池森
	14:00~15:00	ホットヨガfeel plus	小池
8/13(木)	10:30~11:30	ホットヨガfeel plus	小池
	14:00~15:00	ホットヨガfeel	長谷川
8/14(金)	10:30~11:30	優美心ヨガ	池森
	14:00~15:00	ホットヨガfeel	山村

\* 都合によりプログラム時間、内容、担当者が変更する場合があります。

\* レッスン予約の受付は開始時間1時間前まで可能です。

\* レッスン予約のキャンセルは、当日レッスンの1時間前までに電話にて連絡ください。ご連絡がない場合、又は、1時間前を過ぎてのご連絡は「無断キャンセル」となり、1レッスン分の権利が消化となります。

\* スタジオ入室は開始10分前とさせていただきます。

### ※日曜スケジュール

	時間	プログラム	担当
8/23(日)	10:30~11:30	ホットヨガfeel	長谷川
	14:00~15:00	優美心ヨガ	池森
8/30(日)	10:30~11:30	ホットヨガEnergy	長谷川
	14:00~15:00	ホットヨガfeel	大井

**※8/15(土)は休館日です。**