

	月	火	水	木	金	土
10:00						
10:30	優美心ヨガ 5日19日藤森 ホット骨盤ケア 12日26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 17日村井
11:00						
11:30						
12:00						

13:00						ホットヨガfeel 小池 17日村井
13:30		優美心ヨガ 米山			ホットヨガfeel 山村 2日村井	
14:00	美彩心 村井 ホットヨガfeel 12日山村			ホットヨガEnergy 小池		ホットヨガfeel plus 小池
14:30						優美心ヨガ 池森 ホットヨガEnergy 24日大井
15:00						
15:30						
16:00						

18:00						
18:30						
19:00	ホットヨガfeel plus 5日19日松田 12日26日村井		優美心ヨガ 寺坪		ホットヨガfeel 木村	
19:30		ハンモックex 村井				ホットピラティス 堀内
20:00						
20:30	ホットヨガEnergy 5日19日上原 12日26日松田		ホットヨガEnergy 長谷川		優美心ヨガ 寺坪	
21:00						
21:30						

## ※日曜スケジュール

	時間	プログラム	担当
10/18(日)	10:30~11:30	ホットヨガfeel	木村
	14:00~15:00	優美心ヨガ	池森
10/25(日)	10:30~11:30	ホットヨガfeel	長谷川
	14:00~15:00	ホットヨガfeel	大井

\* 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ご連絡ください。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。ご注意ください。

\* スタジオ入室はレッスン開始の10分前とさせていただきます。

**※10/28(水)~31(土)は休館日のためレッスンはありません。ご了承ください。**