

緊急スタジオプログラム 宇和店

2020年9月1日(火)～

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
11:30					休 館 日			
12:00	12:00 open	12:00 open	12:00 open	12:00 open		12:00 open	12:00 open	12:00 open
12:30								
13:00								
13:30	ストレッチ45 (純也) 13:30~14:15	ストレッチ(代表) 13:30~13:50	ストレッチ(純也) 13:30~13:50			パレトン (MIZUE) 13:30~14:15	ZUMBA*45 &ストレッチ15 (MIZUE) 13:30~14:30	
14:00		ヨガ60 (宇都宮 愛) 14:00~15:00	ピラティス (宇都宮 愛) 14:00~15:00					
14:30	初級ステップ45 (純也) 14:30~15:15					マッスルコア45 (土居 健太) 14:30~15:15		
15:00								
15:30		ストレッチ45 (代表) 15:15~16:00	ステップ45 (純也) 15:15~16:00			予約制パーソナル トレーニング (土居 健太) 15:30~16:30		予約制パーソナル ストレッチ(代表)
16:00								
16:30								
17:00							予約制パーソナル トレーニング (土居 健太) 16:45~17:45	
17:30			キッズダンス スクール (MIZUE) 17:15~18:15					
18:00								
18:30							予約制パーソナル トレーニング (土居 健太) 18:15~19:15	
19:00								
19:30	ハワイアン フラ (宇都宮 千寿子) 19:30~20:30	ZUMBA*45 &ストレッチ (MIZUE) 19:30~20:30	正道会館 空手スクール 少年・成人 (松下 真一郎) 19:00~20:30			ハワイアン フラ (宇都宮 千寿子) 19:30~20:30		
20:00								
20:30								
21:00	ステップ45 (純也) 20:45~21:30		ボクササイズ45 (純也) 20:45~21:30			マッスルコア45 (土居 健太) 20:45~21:30		
21:30								
22:00								