

第2スタジオ 映像レッスントイムスケジュール 2025年3月度

※本プログラムは月額1,100円(税込)が必要です。フロントにてお申し込みください。

月	火	水	木	土	日
			変更 バーニング ファイターVol.9 斎藤 和幸 10:30-11:20		
自律神経を整えるヨガ 天咲 千華 11:30-12:15	変更 中級エアロ 脇田 賢次郎 12:00-12:45	初中級ダンスI704 魚原 大 12:00-12:29	姿勢が整うピラティス 杉山 舞 11:30-12:30		変更 中級ダンスエアロ 小室 麻衣子 12:00-12:47
変更 バーニング ファイターVol.4 YUKIKO 13:00-13:41	シェイプアップヨガ 天咲 千華 13:00-13:34	インナーシェイプヨガ 浅野 佑介 13:00-14:00		中上級ダンスI701 魚原 大 12:45-13:33	
				変更 バーニング ファイターVol.10 榎谷 豪一 13:45-14:15	
					姿勢整うピラティス4 岡田 有里絵 15:30-15:53
		ヴィンヤサフローヨガ 天咲 千華 19:45-20:47			
身体が喜ぶ アクティブピラティス 辻本あゆみ 20:30-21:33	ピラティスVol.2 坪井 和佳子 21:15-22:04		ピラティスVol.1 坪井 和佳子 21:30-22:19		

■参加時の注意事項

- ①各プログラムの定員は15名とさせていただきます。(当日参加受付いたします)
 - ②マシンカウンターにて利用カード提出し、終了後カードはお持ち帰りください。
 - ③開始3分前には、第2スタジオ内に集合してください。
- ※週間スケジュールは下段のQRコードで確認してください。スケジュール用紙配布はございません。
※スケジュールの変更は1週間前までに行う予定です。



■QRコードにて週間プログラムを確認してください。

ウェルネス新庄 ☎0745-69-9303