第2スタジオ　映像レッスンタイムスケジュール
2025年9月度

以下、プログラムは会員及び都度全施設利用者がご利用いただけます。（※会員は区分の利用日時に準ずる）

	月	火	水	木	土	日
10:00						
11:00						
12:00		初級エアロ 小室麻衣子 12:00-12:45	リラックスヨガ 清水鮎美 12:00-12:31			
13:00	初級エアロ 肥後橋銀次郎 13:00-13:30		初中級エアロ 下山真理奈 12:45-13:24		初級エアロ 北川健太 13:00-13:26	初中級 ダンスエアロ 木庭早紀 13:00-13:45
14:00						
15:00						
19:00				中上級エアロ 小林実登 19:00-19:51		
20:00						
21:00	スタイルアップ ヨガ 佐藤おりえ 20:30-21:10		シヴァナンダヨガ YogaForEveryone Natty 20:30-21:27			
22:00						
23:00						

■参加時の注意事項
①各プログラム参加者が15名を越えている場合はご遠慮ください。（各クラス定員15名）
②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