

第2スタジオ 映像レッスンタイムスケジュール 2026年7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 魚原大 11:20-12:01				
13:00	初中級ダンスエアロ 田口優喜 12:00-12:48	体の軸を整えるヨガ 秋山瑤子 12:00-12:52		初級ダンスエアロ 五十嵐亮 12:30-13:26	初中級エアロ 織田卓志 13:00-13:41
14:00					
15:00					
19:00			上級エアロ 林晃史 18:15-19:17		
20:00		中級エアロ 畑田美紀 19:15-20:07			
21:00	全身ストレッチ 田井利昌 20:30-21:04	立位姿勢改善ピラティス 岩橋悠太 20:30-21:12			
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