

第2スタジオ 映像レッスンタイムスケジュール 2026年8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					10:00
11:00					11:00
12:00	初中級エアロ 駒澤悟 11:20-12:03	初中級ダンスエアロ 畑田美紀 12:00-12:44	体幹フローヨガ 北村雅子 12:00-12:50	初中級ダンスエアロ 伊藤波木乃 12:30-13:20	初中級エアロ 藤本成紀 13:00-13:37
13:00					
14:00					
15:00					
16:00					
17:00					
18:00					
19:00			中級エアロ 高山英士 18:15-19:08		
20:00		中級エアロ 三宮慶祐 19:15-19:43			
21:00	やさしいストレッチ 肥後橋銀次郎 20:30-21:00	ピラティス 岩橋悠太 20:30-21:17			
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