第2スタジオ　映像レッスンタイムスケジュール
2026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
12:00	初中級エアロ 高山英士 12:30-13:13	初中級ダンスエアロ 魚原大 12:00-12:41	ボディシェイプヨガ 杉山舞 12:00-12:53		初級ダンスエアロ 原田京 12:30-13:06	初級エアロ 隈川力 13:00-13:33
19:00		9/23のみ 祝日のため 休講	中上級エアロ 那須彩也香 19:10-19:57	中上級エアロ 高柴大雅 18:15-19:11		
20:30	ストレスフリーヨガ 千葉友夏 20:30-21:05		姿勢改善ピラティス 小林実登 20:30-21:00			

■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