

第2スタジオ 映像レッスントイムスケジュール 2026年11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		初中級ダンスエアロ 竹ヶ原佳苗 12:00-12:34	くびれ美人ヨガ MariA 12:00-12:45			
13:00	初級エアロ 畑田美紀 12:30-13:14				初中級エアロ 杉吉美有紀 12:30-13:03	初中級エアロ 高山英士 13:10-13:53
14:00						
15:00						
16:00						
17:00						
18:00						
19:00				中上級エアロ 畑田美紀 18:15-19:20		
20:00			中級エアロ 岸田敦都 19:10-19:57			
21:00	全身ほぐしストレッチ 平良麻白 20:30-20:56		ピラティス 魚原大 20:30-21:04			
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