

# 第2スタジオ 映像レッスンタイムスケジュール 2025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					
11:00					
12:00	初級エアロ 織田卓志 12:00-12:31	初中級エアロ 藤本成紀 12:00-12:43			
13:00	初級エアロ 斎藤和幸 13:00-13:50	フレッシュヨガ 後藤香織 13:00-13:19		初級エアロ 高柴大雅 13:00-13:43	初中級エアロ 岩橋悠太 13:00-13:45
14:00					
15:00					
19:00					
20:00			中上級エアロ 畑田美紀 19:00-19:53		
21:00	体幹フロー ヨガ 北村雅子 20:30-21:20	odaka Yoga WarriorPowerFlow 北川由妃 20:30-21:32			
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