

# スタジオスケジュール

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9:00		9:30~10:15 UNIVERSAL YOGAEARTH mana			9:30~10:15 ベーシック ヨガ mana
10:00	10:30~11:15 ストロング ネーション IKUMI	10:45~11:45 Let's Jump maiko			10:30~11:15 フラダンス 隔週
11:00	11:30~12:00 ZUMBA IKUMI		11:00~12:00 姿勢リセット ピラティス Chie		10:30~12:30 カイロプラク ティック 隔週
12:00		12:15~13:00 BODY COMBAT Kozzi			
13:00					
18:00					
19:00		19:00~20:00 バランス ボール はーちゃん	19:00~19:45 デトックス フローヨガ MIKIKO	19:00~20:00 ボクシング Genki	19:15~20:00 ZUMBA Yokko
20:00	20:30~21:15 ピラティス yu-ki	20:30~21:15 ピラティス yu-ki	20:00~20:45 筋膜リリース or リンパマッサージ MIKIKO	20:30~21:15 BODY COMBAT Kozzi	20:30~21:15 フローヨガ ジュンナ
21:00					
22:00					