

4月スケジュール 休館日2日(水)22日(火)23日(水)

時間	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日			時間
	1st studio	2nd studio	Hot Germa	1st studio	2nd studio	Hot Germa	1st studio	2nd studio	Hot Germa	1st studio	2nd studio	Hot Germa	1st studio	2nd studio	Hot Germa	1st studio	2nd studio	Hot Germa	1st studio	2nd studio	Hot Germa	
9:00	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	定員28名	定員20名	定員20名	
9:15				BODYPUMP									BODYPUMP									
9:30	Total		HOT	9:15-10:00		HOT																
9:45	conditioning		ベーシックヨガ	sanne		テックスヨガ																
10:00	9:30-10:15		9:30-10:30	(定員:23名)	スタイリッシュ	9:30-10:30																
10:15	Julian		megumi		10:10-10:55	あかね																
10:30	ボディケア		HOT																			
10:45	10:30-11:30		リラクソスヨガ																			
11:00	石渡美弥子		10:45-11:45																			
11:15			megumi																			
11:30			リセットヨガ																			
11:45	11:45-12:30		NORI																			
12:00	愛奈																					
12:15			BODYPUMP																			
12:30	12:45-13:30		HOT																			
13:00	東泰成		テックスヨガ																			
13:15	(定員23名)		SAORI																			
13:30	K-POPダンス		ボディ																			
13:45	エリまき		メンテナンソグ																			
14:00			CAPPY																			
14:15			ディスコエアロ																			
14:30	14:30-15:15		CAPPY																			
14:45	シノブ																					
15:00																						
15:15																						
15:30																						
15:45																						
16:00			HOT																			
16:15			ボディメイクヨガ																			
16:30			momo																			
16:45																						
17:00																						
17:15																						
17:30																						
17:45																						
18:00																						
18:15																						
18:30			HOTピラティス																			
18:45			坂詰友美																			
19:00																						
19:15																						
19:30																						
19:45																						
20:00																						
20:15																						
20:30																						
20:45																						
21:00																						
21:15																						
21:30																						
21:45																						
22:00																						

●各レッスンへの参加には必ずご予約が必要です。必ずご予約をしてからご参加ください。
 ●お1人様2週間先のレッスンを最大10レッスンまで予約可能です。
 ●キャンセルは1週間前まで可能です。レッスン開始1時間前を切ったからのキャンセルは無断キャンセルとなります。
 ●土日の12時台スタートのレッスンのキャンセルは前日の21時までとさせていただきます。
 ●スタジオへのご入室は10分前から可能です。(バレエのレッスンは15分前から準備が可能です。) レッスン開始時刻を過ぎてからのご入室はできません。
 ☆美Start LoLo グループレッスンは有料でございます。フィットネスクラブ広尾会員様3,000円(税込)定員10名。6名以下の場合は休講になります。別予約(MOSH)からのご予約になります。