

9月23日(金・祝)特別プログラムスケジュール

	スタジオ 定員25名	アリーナ 定員50名	プール 定員33名
10:00			
30	W	W	
11:00	ホットBeautyLifeヨガ 10:30-11:15 浦野	スリムエアロ 10:30-11:15 飯尾	
30	WARM	W	
12:00	VIRTUAL OXIGENO 11:30-12:15	ピラティス 11:30-12:15 mami	
30	W	W	W
13:00	【定員20名】 ストライクインパクト 12:45-13:30 宮田	メガダンス 12:30-13:15 Atsuko	アクア45 12:30-13:15 高石
30	W	W	
14:00	【定員20名】 ストライクインパクト 13:45-14:30 宮田	ヨガ60 13:30-14:30 橋本(あ)	
30	W	W	
15:00	Special 【定員15名】 アロマキャンドルヨガ 14:45-15:30 橋本(あ)	ハイパーボディ 14:45-15:30 細貝	
30	↑9月12日(月)より申し込み開始	W	
16:00	W	W名	
30	ハイパークラッシュ 15:45-16:30 内山	【8名以上で開催】 バレーボール 15:45-16:45	
17:00			
30			
18:00			
30			
19:00			
30			

アロマキャンドルヨガ

～全身リフレッシュフロー～

『アロマ × キャンドル × ヨガ』
いつもとは違う空間でヨガを
楽しみませんか？

アロマの香りを感じながら
癒やしのキャンドルライト(LED)で
心と体を浄化させていきます

ヨガのポーズで
全身を気持ちよく動かし
体の内側から温めて
心身ともにリフレッシュ

少人数なので、いつも以上に
お一人お一人としっかり
向き合い、正しい方向へ
ポーズを導いていきます
このイベントで皆様の笑顔が
さらに増えますように



※先着15名
※参加料500円(税込)

★ W … 事前にWEB予約が必要になります。予約サイトよりご予約下さい。

★ 当日の整理券はございませんので予めご了承ください。

★ 営業時間は10:00～20:00となります。

★ 20:00以降はマスター会員様のみ2Fジムエリアをご利用頂けます。