

2017年9月 スタジオプログラム プログラムは予告なく変更する場合があります。何卒ご了承ください。

日	月	火	水	木	金 1	土 2
					11:00 バレエエクサ 三澤	11:00 ウォーキング 渡部
					13:00-14:30 お元気最終日	13:00 ハワイアンヨガ 和知
					15:00 太極拳 鈴木	14:30 FIGHT DO30 高根沢
					19:00 FIGHT DO45 芳賀	15:15 ストレッチホール 渡辺
					19:00 ランニングクリニック 福井	19:00 スピナー45 佐久間

3	4	5	6 <small>new</small>	7	8	9 <small>new</small>
12:00 FIGHT DO30 芳賀	10:00 ルーシーダットン 長谷川	10:00 ロコモ・フジーク! 加藤	11:00 ディスコワールト 山口		13:00-14:30 西郷お元気教室	10:00 ディスコワールト 山口
13:00 ホールエクサ 芳賀	11:10 トローインラボ 加藤	11:00 ピラティス30 石渡	14:00 FIGHT DO30 芳賀		14:00 バレエエクサ 三澤	11:00 ヨガ 和知
14:00 PUMP!theレイド <small>new</small>	15:00 ヨガ 和知	15:30 全身エクサ 豊島	15:15 ピラティス30 石渡	休館日	15:00 トローインラボ 加藤	14:15 お腹シェイプ秋Ver.加藤
16:15 お腹シェイプ秋Ver. 加藤	18:10 ウォームアップスピナー加藤	19:00 お腹シェイプ秋Ver.加藤	16:00 キッズチアダンス 三澤		19:00 ピラティス45 石渡	15:00 FIGHT DO45 高根沢
17:00 FIGHT DO45 高根沢	19:00 ナイトヨガ 三澤	20:10 スピナー30福井	19:30 スピナー30 佐久間		20:00 FIGHT DO60 芳賀	19:00 スピナー45 佐久間

10	11	12	13	14 <small>new</small>	15	16
12:00 FIGHT DO30 芳賀	10:00 ムエート 長谷川	11:00 ピラティス30石渡	14:00 FIGHT DO30 芳賀	10:00 ディスコワールト 山口	10:00 トローインラボ 加藤	11:00 コンディショニング 渡部
13:00 ホールエクサ 芳賀	14:30 体幹コア 高根沢	14:00 ヨガ 和知	15:15 ピラティス30 石渡	11:00 チアダンス 三澤	11:00 ヨガ 和知	14:30 お腹シェイプ秋Ver.加藤
14:00 PUMP!theレイド <small>new</small>	15:10 PUMP!theレイド <small>new</small>	15:30 全身エクサ 豊島	16:00 キッズチアダンス 三澤	14:00 トローインラボ 加藤	13:00-14:30 西郷お元気教室	15:15 ストレッチホール 渡辺
16:15 お腹シェイプ秋Ver. 加藤	18:10 ウォームアップスピナー加藤	19:00 FIGHT DO60 芳賀	19:00 体幹コア 高根沢	15:00 ストレッチホール 白根	15:00 太極拳 鈴木	19:00 FIGHT DO60 高根沢
17:00 FIGHT DO45 高根沢	19:00 ナイトヨガ 三澤	20:10 スピナー30 福井	19:30 スピナー30 佐久間	19:30 スピナー45 佐久間	19:00 FIGHT DO60 高根沢	20:10 スピナー30 福井

17	18	19	20	21	22	23 <small>new</small>
	10:00 ルーシーダットン 長谷川	10:00 バレエエクサ 三澤 11:00 ピラティス30 石渡	11:00 バレトン 山口	10:00 体幹コア 高根沢	11:00 バレエエクサ 三澤	11:00 ディスコワールト 山口
	13:00 お腹シェイプ秋Ver.加藤	14:00 ヨガ 和知	14:00 FIGHT DO30 芳賀	11:00 ヨガ 和知	13:00-14:30 西郷お元気教室	14:00 FIGHT DO30 芳賀
休館日	14:00 FIGHT DO30 高根沢	15:30 全身エクサ 豊島	15:15 ピラティス30 石渡	15:00 ストレッチホール 白根	15:00 トローインラボ 加藤	15:15 ストレッチホール 渡辺
	17:00 スピナー加藤	19:00 FIGHT DO60 芳賀	16:00 キッズチアダンス 三澤	19:00 ディスコワールト 山口 <small>new</small>	19:00 ピラティス45 石渡	16:00 体幹コア 高根沢
	18:00 ナイトヨガ 三澤	20:10 スピナー30 福井	19:30 スピナー30 佐久間	19:30 スピナー45 佐久間	20:00 FIGHT DO45 高根沢	

24	25	26	27	28	29	30
12:00 FIGHT DO30 芳賀	10:00 ムエート 長谷川	10:00 ロコモ・フジーク! 加藤 11:00 ピラティス30 石渡	11:00 ポールエクサ 芳賀	10:00 トローインラボ 加藤	11:00 お腹シェイプ秋Ver.加藤	11:00 ウォーキング 渡部
13:00 ホールエクサ 芳賀	11:10 リラックスヨガ 和知	14:00 ヨガ 和知	14:00 FIGHT DO30 芳賀	11:00 チアダンス 三澤	13:00-14:30 西郷お元気教室	14:00 FIGHT DO45 高根沢
14:00 PUMP!theレイド <small>new</small>	15:10 体幹コア 高根沢	15:30 全身エクサ 豊島	15:15 ピラティス30石渡	14:00 トローインラボ 加藤	15:00 バレエエクサ 三澤	15:15 ストレッチホール 渡辺
16:00 FIGHT DO45 芳賀	18:10 ウォームアップスピナー加藤	19:00 FIGHT DO	16:00 キッズチアダンス三澤	15:00 ストレッチホール 白根	19:00 FIGHT DO60 芳賀	20:10 スピナー30福井
	19:00 ナイトヨガ 三澤	20:10 スピナー30福井	19:30 スピナー30佐久間	19:30 スピナー45 佐久間	19:00 ランニングクリニック 福井	