

# 9月20日(月) 9月23日(木) 祝日タイムスケジュール



9月20日(月)	
10:55~11:40	エアロ初中級 濱崎 翔太
12:00~12:30	サーキットトレーニング 戸田 隼人
12:50~13:30	リラククスストレッチ 新垣 大地
13:45~14:25	エアロ初級 新垣 大地
14:40~15:25	機能改善ローラーピラティス 新垣 大地

9月23日(木)	
10:45~11:45	バランスコーディネーション 大崎 穂乃香
12:00~12:45	バレトン 山本 梨華
13:00~13:45	ステップ中級 山本 梨華
14:00~14:40	エアロ初級 Chiaki
14:55~15:40	ZUMBA® Chiaki

**有料イベント**

16:00~17:00  
ダンスイベント  
三浦 栄紀 & 中尾 拓哉

定員 先着15名様 (ダンススキルアップ受講の方優先)  
料金 4,000円  
1日限定のイベントレッスンです。お申し込みはお早めに!!

- 《スタジオご利用時の注意事項》
- クラスにより、安全に配慮し、入場を制限させていただく場合がございます。
  - クラスの品質を守り、お客様の怪我を防止するため、プログラム開始時間以降の途中参加や途中退場は、ご遠慮ください。
  - 担当インストラクターは変更になる場合がございます。ご確認ください。
  - スタジオ内にお持ちいただける飲み物は、蓋付きの割れない容器のみとなります。
  - 各クラス定員を先着20名様までとします。
  - 前のクラスが開始しましたら、整理札の配布をフロントにて行います。ご本人様だけの整理札を取るようしてください。
  - マスク着用、手指消毒の徹底にご協力お願いいたします。