2020　クリスマス特別プログラム

12月19日　土曜日

	スタジオ Shine	スタジオ 美ナーレ	ジム（クイナックス）	プール
10:00	メガダンス 10:30～11:15 篠原　40名 予			アクアビクス 10:15～11:00 近藤　30名
11:00		リラックスヨガ 11:00～11:45 まゆみ 15名 予 ¥		アクアビクス 11:15～12:00 近藤　30名
12:00	シンプルエアロ 12:00～12:45 永田　40名 予		※土曜日の朝に開講致しますアクアビクスは、同一内容となりますので連続受講は出来ません。	
13:00	ラディカルパワー 13:30～14:30 おだ・今井 38名 予			
14:00				
15:00	X'mas　ディスコ 15:00～15:45 森田　40名 予	ハンモックヨガ 15:00～15:45 オープン（初中級） KANI☆KANI 7名 予		
16:00				
17:00				
18:00				
19:00	ZUMBA 19:00～20:15 寺内・森田 40名 予	ベーシックヨガ 19:00～19:45 森 15名 予 ¥		
20:00				
21:00				
22:00				
23:00				

12月20日　日曜日

	スタジオ Shine	スタジオ 美ナーレ	ジム（クイナックス）	プール
10:00	グループファイト 10:30～11:30 KANI☆KANI・中村（広） 40名 予			
11:00		ベーシックヨガ 11:25～12:10 仲村 15名 予 ¥		
12:00	ユーバウンド 12:00～13:00 今村・武藤 35名 予			アクアビクス 12:45～13:30 永田　40名
13:00		エンハンスパワー 13:00～13:45 相崎 15名 予 ¥		
14:00	X55 14:00～14:45 MINORI　30名 予			
15:00	美姿勢ストレッチ 15:15～16:00 MINORI　35名 予			SUPヨガ 15:30～16:10 CHISA　8名 予
16:00				
17:00				
18:00				
19:00				
20:00				
21:00				
22:00				
23:00				

予マークは人数制限がある為、当日にご来館を頂いてから受付機にて予約をお願い致します。

仮装＆撮影可能期間
12/19（土）～12/25（金）

・クリスマスイベントの為、仮装しての参加OK！
・撮影可。但しSNSなどの掲載は写っている方達に許可得てから掲載をお願い致します。撮影登録申請して頂き撮影を許可させて頂きます。

全会員区分参加できます！

＊ディタイム会員様
19日（土）・20（日）17時以降はスタジオ、ストレッチマット、更衣室、スパエリアのみの利用となります。

＊ホットヨガ会員様
スタジオイベントのみ参加可能
（1日1レッスンまで）
予約の際はフロントスタッフへ

ハーブ会員様限定イベント
（ビジター様の参加は不可）