

# プログラムスケジュール

## 3月30日(月)

	フィットネススタジオ	ジムエリア	
10:00			10:00
11:00	11:00~11:45 ZUMBA 千葉		11:00
12:00	12:15~13:00 ファットバーナー 長島	12:00~12:20 骨盤リセット	12:00
13:00		13:00~13:20 全身ストレッチ	13:00
14:00	13:30~14:15 リトモス 中村(優)	<p>スタジオ内におきまして、一定のスペースを確保するため、全プログラムに定員(25名)を設けさせていただきます。また、お一人でも多くの方にご参加いただくため、連続してのご参加はご遠慮ください。皆様のご理解、ご協力をお願い申し上げます。</p>	14:00
15:00	14:45~15:30 キックアウト 深田		15:00
19:00	19:15~19:45 グループファイト 藤木	<p>スタジオ会員様は、<b>スタジオ会員優先</b>プログラムに限り、ネットからの事前予約が可能です。</p>	19:00
20:00	20:15~20:45 メガダンス 内藤		20:00
21:00	<b>スタジオ会員優先プログラム</b> 21:15~22:00 ベーシックヨガ 富澤		21:00

各クラス定員25名となります。予約札はレッスン開始**30分前**よりフロントにてお取りください。