

## 2月 23日 (木) 天皇誕生日の日スケジュール

	スタジオ	アリーナ	
10:00			10:00
10:30			10:30
11:00	11:00~11:45 太極舞 R I E		11:00
11:30			11:30
12:00		12:00~12:45 ハタヨーガ 重松(奈)	12:00
12:30	12:15~13:00 ストリートダンス 森田		12:30
13:00			13:00
13:30	13:30~14:15 バレエストレッチ 原田		13:30
14:00		14:00~14:20 フローイン	14:00
14:30			14:30
15:00	14:45~15:30 グループファイト		15:00
15:30			15:30
16:00			16:00
16:30			16:30
17:00			17:00

**newFace**

**newFace**

**バレエストレッチ**  
 バレエの動きを取り入れた  
 バレエエクササイズ★  
 キレイな姿勢・キレイな  
 立ち振る舞いを目指した  
 プログラムです♪

- ・営業時間 10:00~17:00 / トレーニング終了時間 16:30
- ・各プログラム定員制となっております。  
 スタジオ・・・40名 / アリーナ・・・60名 ※フローイン・・・20名
- ・WEB予約されていない方はプログラム開始60分前よりジムカウンターにてお名前の記入をお願いいたします。
- ・全会員種別の方がご利用いただけます。

