

# STUDIO PROGRAM Sunday

## A Studio

マットピラティス  
10:15~11:00 MIKA

フローヨガ  
11:15~12:00 MIKA

リラックスヨガ  
13:15~14:00 Etsuko/mami

ZUMBA®  
14:15~15:00 ひなた

カーディオキック  
15:15~16:00 ひなた

## B Studio

ELEVEN  
9:30~10:00

UBOUND  
10:20~10:50

KIMAX  
11:10~11:40

MEGADANZ  
12:05~12:35

RADICAL POWER  
12:55~13:40 島崎

UBOUND  
14:05~14:50 島崎

HYPER C  
15:10~15:40

## C Studio

グループリフォーマー  
intro  
12:50~13:50 MIKA

グループリフォーマー  
Basic  
14:05~15:05 MIKA

# STUDIO PROGRAM Saturday

## A Studio

### HIPHOP

16:15~17:00 ひなた

## B Studio

### TOP RIDO

16:05~16:50 江口

### X55

17:10~17:55 江口

### FIGHT DO

18:15~18:45

### MEGADANZ

19:10~19:40

### OXIGEN

20:00~20:30

## C Studio

### グループリフォーマー

Basic -hip-

18:05~19:05 みっこ

### グループリフォーマー

Basic -waist-

19:20~20:20 みっこ

## Information

1. マイページより事前レッスン予約  
 ■7日前午後22時より予約が出来ます。  
 ■最大18コマまで予約可能
2. 開始時間までにスタジオ入場
3. タブレットにてチェックイン操作  
 ※無断キャンセルの場合、翌日0時まで予約が出来ません。