

# 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

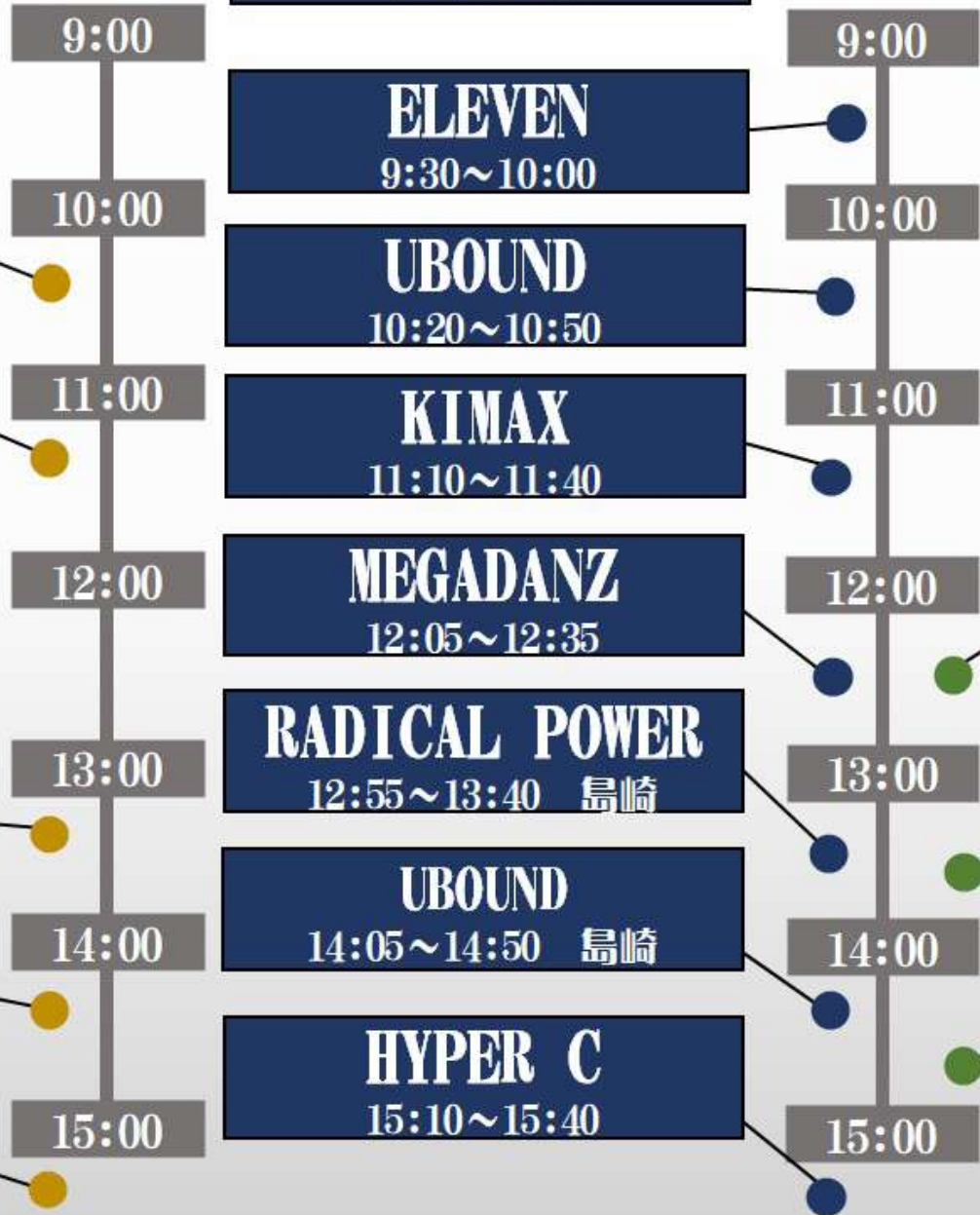
**HYPER C**  
15:10~15:40

## C Studio

**グループリフォーマー**  
intro  
12:20~13:20 MIKA

**グループリフォーマー**  
Basic  
13:35~14:35 MIKA

**グループリフォーマー**  
Basic-hip-  
14:50~15:50 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

intro

16:50~17:50 みっこ

### 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  
 ■14日前22:05より予約が出来ます。  
 ■最大12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9時まで予約が出来ません。