

新曲発表会 予定表

12月25日水曜日		1月4日土曜日		1月6日月曜日		1月7日火曜日		1月8日水曜日	
スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2
10:00									
	11:00~12:00 ホットスタジオ ※岩盤浴室 【有料】 (EMI)				11:00~12:00 ホットスタジオ ※岩盤浴室 【有料】 (EMI)				11:00~12:00 ホットスタジオ ※岩盤浴室 【有料】 (EMI)
11:00~11:45 DDD HOUSE WORKOUT (村山)	11:05~11:50 ピラティス (若月)	11:30~12:15 ウェープリング ストレッチ (鈴木)		10:30~11:30 エアリアルヨガ (湯本)		10:30~11:00 ピラティス (蓮山)		11:00~11:45 DDD HOUSE WORKOUT (村山)	11:05~11:50 ピラティス (若月)
12:00~12:50 BAILA BAILA (村山)		12:25~13:15 BAILA BAILA (鈴木)		11:45~12:30 MEGADANZ 45 (Rie)		11:15~12:00 BODYCOMBAT 45 (蓮山)		12:00~12:50 BAILA BAILA (村山)	
13:00~13:50 ZUMBA (TOMO)				12:40~13:10 UBOUND30 (Rie or 長橋)		12:15~13:15 ストレッチ (井田)		13:00~13:50 ZUMBA (TOMO)	
14:00~15:00 HIPHOP (RIN)		13:30~14:45 BODYJAM テック15+60 (小林)		13:30~14:15 エキサイティング キックボクシング (宗田)		13:25~14:05 DDD HOUSE WORKOUT (村山)		14:00~15:00 HIPHOP (RIN)	
		15:15~16:00 BODYPUMP テック15+30 (青木)							
		16:30~17:30 エアリアルヨガ (岡村)							
18:00		17:45~18:35 ボテイメイク & ウェープリング (岡村)		18:15~19:00 BODYPUMP 45 (倉島 & 青木)		17:50~18:50 エアリアルヨガ (Yoshimi)	18:30~19:00 ダンベルシェイプ (青木)	18:30~19:15 BODYCOMBAT 45 (蓮山 & 小林)	
	18:30~19:15 BODYCOMBAT 45 (蓮山)			19:10~20:00 BAILA BAILA (鈴木)	19:20~19:50 はじめての筋トレ (倉島)	19:00~19:45 エンジョイエアロ (赤羽)	19:10~20:10 パワーヨガ (Yoshimi)	19:30~20:45 BODY BALANCE テック15+60 (小林)	19:30~20:00 ピラティス入門 (蓮山)
	19:30~20:45 BODYSTEP テック15+60 (小林)	19:30~20:00 ピラティス入門 (蓮山)		20:15~21:00 エキサイティング キックボクシング (宗田)	20:00~21:00 ホットスタジオ ※岩盤浴室 【有料】 (若月)	20:00~20:45 BODYATTACK 45 (北村)			20:00~21:00 ホットスタジオ ※岩盤浴室 【有料】 (TOMO)
	20:00~21:00 ホットスタジオ ※岩盤浴室 【有料】 (TOMO)			21:20~22:20 MEGADANZ (早川)		21:00~22:00 UBOUND60 (長橋)		21:10~22:10 ZUMBA (Mayumi)	
	21:10~22:10 ZUMBA (Mayumi)								
23:00									

仮
装
も
O
K
!!

18:00

23:00