

レッスンスケジュール

1月

	月	火	水	木	金	土	日		
9:00			定休日					9:00	
10:00		NEW 暗闇ARTS 10:30~ 45分		オススメ ほっとピラティス 11:00~ 45分	暗闇RUSH 10:30~ 45分			オススメ	10:00
11:00	オススメ 暗闇YOGA パワーフロー® 11:30~ 45分						ほっとピラティス 11:00~ 45分	暗闇KICK 11:00~ 45分	11:00
12:00	暗闇RUSH 12:30~ 30分	ほっとYOGA 骨盤調整 12:30~ 45分			暗闇エアロ 12:00~ 45分	ZUMBA 11:30~ 30分	歪みリセット 12:00~ 30分		12:00
13:00		歪みリセット 13:30~ 30分					オススメ ZUMBA 13:00~ 45分	NEW 暗闇BURN 13:00~ 30分	13:00
14:00	祝 ♪				暗闇SAND 14:30~ 45分	暗闇YOGA 美尻美脚 14:30~ 45分		暗闇YOGA ヴィンヤサ 14:00~ 45分	14:00
15:00							暗闇SAND 15:00~ 45分		15:00
16:00									16:00
17:00	<p>1周年!</p> <p>★来店者プレゼント! ★店内&店外装飾!</p> <p>★入会キャンペーン! ★無料トライアル!</p> <p>★NEW LESSON! 【暗闇ARTS】 【暗闇BURN】</p>							17:00	
18:00	暗闇SAND 18:30~ 30分								18:00
19:00	オススメ 暗闇Jトレ 19:30~ 30分	ほっとピラティス 19:00~ 45分			暗闇KICK 19:00~ 45分	暗闇JUMP 19:30~ 30分	19:00閉店		19:00
20:00				NEW 暗闇ARTS 20:00~ 45分					20:00
21:00	ZUMBA 20:30~ 45分	暗闇RUSH 20:30~ 45分			キャンドルYOGA 21:00~ 30分	暗闇SAND 20:30~ 45分			
22:00	22:00閉店				22:00閉店				22:00