

レッスンスケジュール

11月

	月	火	水	木	金	土	日	
9:00			定休日					9:00
10:00		暗闇SAND 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			暗闇エアロ 12:00~ 45分	ZUMBA 11:30~ 30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					オススメ	12:00
13:00		歪みリセット 13:30~ 30分				ZUMBA 13:00~ 45分	暗闇JUMP 13:00~ 30分	13:00
14:00				暗闇SAND 14:30~ 30分	暗闇YOGA 美尻美脚 14:30~ 45分			14:00
15:00	お誘い合わせの上 お越しください♪					暗闇SAND 15:00~ 45分	ほっとYOGA ヴァンヤサ 15:00~ 45分	15:00
16:00	<div data-bbox="371 1220 1090 1332" data-label="Section-Header"> <h2>無料体験会 開催!</h2> </div> <div data-bbox="228 1339 1078 1440" data-label="Text"> <p>期間: 11月19日(土)~11月27日(日) 予約方法: ①右のQRコード(予約スケジュール)から参加したいレッスンを選択 ②必要事項入力</p> </div> <div data-bbox="228 1453 834 1520" data-label="Text"> <p>☆期間中何度でも参加OK!(当店の体験が初めての方) ☆先着10名様に『水素水アルミボトル』プレゼント!</p> </div> <div data-bbox="1204 1245 1437 1440" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1054 1464 1437 1632" data-label="Image"> </div>						16:00	
17:00								
18:00	暗闇SAND 18:30~ 30分							
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	定休日	暗闇KICK 19:00~ 45分	暗闇JUMP 19:30~ 30分	19:00閉店		19:00
20:00				暗闇RUSH 20:00~ 30分	オススメ			20:00
21:00	ZUMBA 20:30~ 45分	暗闇RUSH 20:30~ 45分		暗闇YOGA リラックス 20:45~ 45分	暗闇SAND 20:30~ 45分			21:00
22:00	22:00閉店			オススメ	22:00閉店			