

レッスンスケジュール

12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			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				歪みリセット 12:00~ 30分		12:00	
13:00		歪みリセット 13:30~ 30分				ZUMBA 13:00~ 45分	オススメ 暗闇JUMP 13:00~ 30分	13:00	
14:00				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	2022年 ラスト キャンペーン! 《WINTER CAMPAIGN》							16:00	
17:00	入会金 3300円 0円	水素水 2ヶ月分 2200円 0円		パーソナル トレーニング 60分間 5500円 0円	【年末年始 営業情報】 ◇12月28日(水) 特別営業(夜のみ) ◇12月29日(木) 最終営業日(通常) ◇12月30日(金)~ 1月4日(水) お休み ◇1月5日(木)~ 通常営業				17:00
18:00	トライアル《半額》受付中!							18:00	
19:00	暗闇SAND 18:30~ 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	オススメ 暗闇Jトレ 19:30~ 30分	オススメ 暗闇RUSH 20:30~ 45分		暗闇RUSH 20:00~ 30分			20:00		
21:00	ZUMBA 20:30~ 45分			暗闇YOGA キャンドルヨガ 20:45~ 45分	暗闇SAND 20:30~ 45分		lady's fitness U-lead	21:00	
22:00	22:00閉店			オススメ	22:00閉店			22:00	