

9月23日(月)プログラム

studio 1st	studio 2nd	studio 3rd	studio 4th
			整理券制スタジオ (定員17名)
リモス60 10:30~11:30 古橋 亜貴子	ヨガ45 10:30~11:15 鈴木 恵	脂肪燃焼ヨガ60 10:40~11:40 Hiromi	アロマヨガ60 10:30~11:30 松本 香奈子
			「クロモジ」アロマオイル使用 効能は、肌の保湿作用や 免疫活性作用など。 神聖な時間を過ごしましょう。
オリジナルエアロ45 11:45~12:30 藤田 浩美	ピラティス60 11:30~12:30 岡本 千夏	ホットヨガ60 12:05~13:05 古橋 亜貴子	アロマヨガ60 12:15~13:15 Hiromi
			Hiromiインストラクター オリジナルブレンド！ 癒されながら、元気が出る香りで 身体を動かしましょう！ リフレッシュしたい方はぜひ！
ファイティング スピリット45 12:45~13:30 岡本 千夏	HIPHOP60 12:55~13:55 MJ	ホットヨガ60 13:25~14:25 中川 典子	
RADICAL			↑ 祝日限定！ アロマを焚きながら行います。 リラックス効果2倍◎
ラディカルパワー60 13:45~14:45 YUKI 竹本 恭子	バレエ60 14:10~15:10 Miki	ホットヨガ60 14:45~15:45 日原 範子	
新曲発表！			
RADICAL			
メガダンス60 15:15~16:15 管野 晶彦 小出 志乃			
新曲発表！			
<div data-bbox="79 1780 813 2116" data-label="Text"> <p>RADICAL プログラム新曲発表会開催！</p> <p>10月から新曲にアップデートされるラディカルプログラム。 それに先駆けて、 ラディカルパワーとメガダンスの 新曲発表会を行います！</p> <p>インストラクターが二人で行うジョイントレッスンなので 初めての方もぜひご参加ください！</p> </div> <div data-bbox="893 1680 1404 2060" data-label="Image"> </div>			