平成29年10月エイムブルーゲートタイムテーブル

赤枠で囲んであるレッスンは、レッスン変更、時間変更、担当変更のいずれかです。

平成29年9月12日現在

月

	A	B	ジム
10	10:30–11:30 ヨーガ アナトミックリラックス SOHILA	10:30–11:15 ホットヨガdo 山坂 久美子	10:30–10:45 オムニア健康体操
			11:00–11:20 オムニアルードス
11	11:45–12:30 ZUMBA Rina	11:30–12:30 ホットリゾート	
12	12:45–13:30 ボディパンプ45 西 高志		13:00–13:20 オムニアアーデント
13	13:45–14:30 ボディコンバット45 結城 千恵		14:00–14:20 オムニアルードス
	14:45–15:15 CX WORX 結城 千恵	15:30–15:50 ポールストレッチ	
15			
16			
17			
18	18:30–19:10 ベーシックエアロ 野村 かおり		
	19:25–19:55 CX WORX 結城 千恵	19:00–20:00 ヨーガ (リラックス) 七美	
19			
20	20:10–20:40 ボディアタック30 結城 千恵		20:20–20:40 オムニアルードス
21	21:00–21:45 ボディパンプ45 小島 一球	21:15–22:00 ホットヨガek 西 高志	21:00–21:20 オムニアアーデント
22	22:00–22:30 GRIT 小島 一球 有料		
23			

2日 プライオ
9日 祝日の為なし
16日 カーディオ
23日 ストレングス
30日 プライオ

火

	A	B	ジム
10	10:30–11:10 ベーシックエアロ 景浦 聡子		10:30–10:45 オムニア健康体操
			11:00–11:20 オムニアアーデント
11	11:30–12:15 ファンクショナルエアロ 松﨑 奈身	11:30–12:15 ホットヨガek 野渡 尚子	
12	12:40–13:40 フラダンス 榎本 知美	12:30–13:30 ホットリゾート	13:00–13:20 オムニアルードス
13			
14	14:00–14:45 ZUMBA Meg		14:00–14:20 オムニアアーデント
15		15:15–16:00 ホットヨガdo 中島 真美	
16			
17			
18	18:45–19:30 ボディパンプ45 高橋 幸光		
19	19:45–20:45 ボディコンバット 金田 大治郎	19:15–20:00 ホットヨガdo 七美	
20			20:20–20:40 オムニアアーデント
21	21:00–21:30 CX WORX 金田 大治郎	21:00–21:45 ホットヨガdo 谷村 春華	
22	21:45–22:30 ZUMBA Rina		
23			

水

	A	B	ジム
10	10:30–11:15 バレトン 高岡 直世		10:30–10:45 オムニア健康体操
			11:00–11:20 オムニアルードス
11	11:30–12:30 ボディバランス 萩元 陽介		
12	12:45–13:45 ボディジャム 高橋 幸光	13:00–13:45 ホットヨガek 谷村 春華	
13			13:00–13:20 オムニアルードス
14	14:00–14:45 ボディパンプ45 安田 樹里		
15		15:00–15:20 ウェーブストレッチ	
16			
17			
18	18:40–19:25 ボディコンバット45 結城 千恵		
19	19:40–20:25 エンジョイエアロ 野村 かおり		19:30–19:50 オムニアアーデント
20	20:40–21:40 ボディパンプ 谷 顕真	20:00–20:45 ホットヨガdo 結城 千恵	20:20–20:40 オムニアルードス
21		21:00–22:00 ホットリゾート	
22	22:00–22:30 GRIT 谷 顕真 有料		
23			

4日 カーディオ
11日 ストレングス
18日 プライオ
25日 カーディオ

木

	A	B	ジム
10	10:30–11:30 ヨーガ (ヴィンヤサヨガ) 奈良 夢		10:30–10:45 オムニア健康体操
			11:00–11:20 オムニアアーデント
11	11:50–12:35 ボディコンバット45 谷 顕真		
12	12:55–13:25 CX WORX 谷 顕真		13:00–13:20 オムニアルードス
13	13:45–14:25 ベーシックエアロ 島羽 彩菜	13:30–14:30 ホットリゾート	
14			14:00–14:20 オムニアアーデント
15		14:45–15:30 ホットヨガdo 大石 修子	15:00–15:20 オムニアアーデント
16			
17			
18		18:45–19:45 ヨーガ (ほねヨガ) 七美	
19	19:20–20:05 ZUMBA Meg		
20	20:20–21:20 ボディジャム ANNA		20:20–20:40 オムニアアーデント
21		21:00–21:45 ホットヨガek 小山 幸奈	21:00–21:20 オムニアルードス
22	21:30–22:30 ボディアタック 小島 一球		
23			

金

休館日

土

	A	B	ジム
10	10:20–11:20 ベリーダンス シャラザーデ エリー	10:30–11:15 ホットヨガdo 野渡 尚子	11:00–11:20 オムニアルードス
11	11:35–12:35 ボディパンプ 小山 幸奈	11:30–12:30 ホットリゾート	
12	12:50–13:35 ボディアタック45 小島 有史		13:00–13:20 オムニアルードス
13	13:45–14:30 ZUMBA Rina		14:00–14:20 オムニアアーデント
	14:45–15:30 ボディコンバット45 萩元 陽介	15:15–16:00 ホットヨガek 西 高志	
	15:45–16:15 CX WORX 萩元 陽介		
16	16:30–17:30 ボディジャム 磯邊 志穂子		
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			

日

	A	B	ジム
10	10:20–10:50 GRIT 谷 顕真 有料		
11	11:15–12:15 ボディコンバット 谷 顕真	11:15–12:00 ホットヨガdo	
12	12:30–13:30 ボディアタック 結城 千恵	13:00–13:20 ポールストレッチ	
			13:30–13:50 オムニアアーデント
13	13:45–14:45 ボディパンプ 安田 雄二		
14			
15	15:00–16:00 ヨーガ (ハタヨガ) 善甫 美奈子		
16		16:15–17:00 ホットヨガdo 善甫 美奈子	
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			

1日 ストレングス
8日 プライオ
15日 カーディオ
22日 ストレングス
29日 プライオ

参加方法は下記の通りとなります。

＊祝日プログラム＊
祝日となる曜日の18時までに終了するレッスンまでと致します。

GRIT参加方

【料金】 540円(税込)
※当日キャンセルはキャンセル料がかかります。
【予約】
対象クラスの1週間前のクラスが始まり次第、フロント又はお電話にて受

オムニア参加方

・オムニア前の予約表にお名前又はイ

ホットヨガ参加方

・定員25名となります。レッスン20分前にスタジオ前にてチケットを配布致します

日曜12:00～ボディコンバット参加方法

・このクラスは50名定員となります。
・当日チェックイン時フロントで参加をお伝えください。整理券をお渡しいたします。
・レッスン20分前にスタジオ入場順の番号をAスタジオ前に掲示いたします。
ご確認の上、ご参加ください。注）代行の場合はチケット制ではございません。

日曜担当者

1日		
11:15～	ホットヨガdo	小山
8日		
11:15～	ホットヨガdo	小山
15日		
11:15～	ホットヨガdo	西
22日		
11:15～	ホットヨガdo	西
29日		
11:15～	ホットヨガdo	西