

平成30年7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30年6月20日現在

	月			火			水			木			金			土			日				
	A	B	ジム	A	B	ジム	A	B	ジム	A	B	ジム	A	B	ジム	A	B	ジム	A	B	ジム		
10	10:20-11:20 ヨガ アナミック リラクセス SOHILA	10:30-11:15 ホットヨガdo 松崎 奈身	10:30-10:50 筋膜リリース	10:30-11:10 ベーシック エアロ 景浦 悠子		10:30-10:45 オムニアアワード	10:30-11:15 パレトン 高岡 直世	10:30-11:15 ホット カラーゲンヨガ 谷村 春華	10:30-10:50 筋膜リリース	10:30-11:30 ヨガ (ヴィンヤサヨガ) 奈良 夢	10:30-10:45 オムニアアワード	10:30-11:30 ピラティス	10:30-11:15 ホット カラーゲンヨガ 野村 かおり					10:30-11:15 ホットヨガdo 野渡 尚子	10:20-10:50 GRIT 1日 小島有史 8日 小島有史 15日 奥山 妙子 22日 谷 顕真 29日 小島有史	10:30-11:15 ホットヨガdo 奥山 妙子			
11		11:30-12:30 美彩心 松崎 奈身		11:30-12:30 Sintex Beauty 松崎 奈身	11:30-12:15 ホットヨガek 野渡 尚子		11:30-12:30 ボディ バランス 萩元 陽介			11:50-12:35 ボディ コンバット45 金田 大治郎	11:45-12:30 ホット カラーゲンヨガ 野渡 尚子		11:50-12:50 ボディ パンプ 西 高志					11:30-12:30 ボディ パンプ 小山 幸奈	11:30-12:30 ホット リゾート	11:15-12:15 ボディ コンバット 1日 安田雄二 8日 安田雄二 15日 安田雄二 22日 谷 顕真 29日 安田雄二	11:15-12:15 ボディ コンバット 1日 カーディオ 8日 ストレNGTH 15日 プライオ 22日 カーディオ 29日 ストレNGTH		
12	11:45-12:30 ZUMBA Rina			12:40-13:40 フラダンス 榎本 知美	12:30-13:30 ホット リゾート		12:45-13:45 ボディ ジャム 高橋 幸光	12:45-13:30 ホットヨガek 谷村 春華		12:55-13:25 CX WORX 金田 大治郎	13:00-14:00 ホット リゾート		13:10-13:50 ベーシック エアロ 鳥羽 彩菜					12:45-13:45 ボディ アタック 小島 有史	13:00-14:00 美彩心 小山 幸奈	13:30-13:50 筋膜リリース	12:30-13:30 週変わり レッスン 1日 ボディアタック 結城 8日 ボディジャム 高橋 15日 ボディバランス 小山 22日 ボディジャム 高橋 29日 ボディバランス 小山		
13	12:50-13:35 ボディ コンバット45 谷 顕真		13:10-13:30 筋膜リリース	13:40-14:00 オムニアアワード			14:00-14:45 ZUMBA Meg	14:00-14:45 ボディ パンプ45 安田 樹里		14:20-15:05 ホットヨガdo 大石 修子	15:00-15:20 オムニアアワード	15:00-16:00 美彩心 谷村 春華	14:10-15:10 ヨガ アナミック リラクセス SOHILA					14:00-14:45 ZUMBA Rina	14:00-14:20 オムニアアワード	15:00-16:00 ボディ コンバット 萩元 陽介	15:15-16:00 ホットヨガek 武藤 まゆ子	15:00-16:00 ヨガ (ハタヨガ) 善甫 美奈子	
14	13:55-14:25 CX WORX 谷 顕真		14:40-15:00 ボールストレッチ																				
15					15:15-16:00 ホットヨガdo 中島 真美																		
16	* 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。																						
17																							
18																							
19	18:50-19:30 ベーシック エアロ 野村 かおり	18:45-19:45 ヨガ (リラクセス) 七美		19:00-20:00 ボディ パンプ 高橋 幸光	19:00-19:45 ホットヨガdo 七美		18:50-19:20 CX WORX 小島 有史	19:00-19:45 ホット カラーゲンヨガ 小山 幸奈		19:20-20:05 ZUMBA Meg	18:45-19:45 ヨガ (ほねヨガ) 七美		19:00-20:00 ボディ バランス 小山 幸奈	19:00-20:00 美彩心 野村 かおり					16:15-16:45 CX WORX 萩元 陽介	16:15-17:00 ホット カラーゲンヨガ 武藤 まゆ子	16:15-17:00 ホットヨガdo 善甫 美奈子		
20	19:45-20:45 ボディ パンプ 西 高志	20:15-21:00 ホット カラーゲンヨガ 野村 かおり		20:15-21:15 ボディ コンバット 金田 大治郎	20:00-21:00 美彩心 小山 幸奈		19:40-20:25 エンジイ エアロ 野村 かおり	20:00-20:45 ホットヨガdo 小山 幸奈	20:30-20:50 筋膜リリース	20:20-21:20 ボディ ジャム ANNA	20:15-21:00 ホット カラーゲンヨガ 佐藤 真奈美	20:00-20:20 筋膜リリース	20:15-21:00 ZUMBA Rina	20:15-21:00 ホットヨガek 善甫 美奈子					17:00-18:00 ボディ ジャム 磯邊 志穂子				
21	21:00-21:45 ボディ アタック45 小島 一球	21:15-22:00 ホットヨガek 西 高志		21:30-22:00 CX WORX 金田 大治郎	21:15-22:00 ホットヨガdo 小島 美香		20:40-21:40 ボディ パンプ 谷 顕真	21:00-22:00 美彩心 野村 かおり		21:30-22:30 ボディ アタック 小島 一球									有料 GRIT参加方法 【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。 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予約受付可能。	ボディコンバット参加方法 整理券 配布	オムニア参加方法 ・オムニア前の予約表にお名前又は イニシャルをご記入ください。	ホットヨガ参加方法 ・22名様の子チケット配布となります。 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。	
22	22:00-22:30 GRIT 小島 一球 有料	2日 ストレNGTH 9日 プライオ 16日 祝日 23日 カーディオ 30日 休館日					22:00-22:30 GRIT 谷 顕真 有料	4日 カーディオ 11日 ストレNGTH 18日 プライオ 25日 カーディオ															

ホットヨガ&カラーゲンスタジオBLUEROSE 会員専用プログラム
BLUEROSE会員専用クラス。参加には別途お手続きが必要となります。