

エイム21 2026年3月 土曜・日祝週替わりプログラムスケジュール

日付		3月7日(土)	3月14日(土)	3月21日(土)	3月28日(土)
クリルタルスタジオ	10:00~	ホットYOGAek45 杉浦	長山	神谷	津田

日付		3月1日(日)	3月8日(日)	3月15日(日)	3月20日(金・祝)	3月22日(日)	3月29日(日)	
スーパースタジオ	10:30~	週替わり レッスン				エンジョイエアロ 村田		
	12:00~	週替わり レッスン	12:15~ レズミルズコア 15tech+30 宮川	12:15~ レズミルズダンス45 高瀬	12:15~ エンジョイエアロ 筆谷	ボディパンプ60 藤田	ボディパンプ60 寺田	ボディコンバット60 山本(和)
	13:30~	週替わり レッスン	ボディコンバット60 米澤	ボディコンバット60 高瀬	ボディジャム60 筆谷	ボディコンバット60 藤田		ボディバランス60 長谷川
	15:00~	週替わり レッスン						
	16:30~	週替わり レッスン						

クリスタルスタジオ	ホットYOGA45	11:00~ ホットYOGA45do 細川	15:00~ ホットYOGA45ek 細川	11:00~ ホットYOGA45ek 細川	15:00~ ホットYOGA45do 藤田	13:30~ ホットYOGA45do 細川	15:00~ ホットYOGA45ek 細川
-----------	-----------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------