

エムフェイス 7月 日曜日・祝日タイムスケジュール

日付		5日(日)	12日(日)	19日(日)	20日(月祝)	26日(日)	
A スタジオ	12:00	週替わり レッスン	12:00 ピラティス ベーシック 杉原IR	12:00 太極拳 高坂IR	12:00 エンジョイエアロ 吉島IR	12:00 ヨーガ 神谷IR	12:00 ヨーガ 澤飯IR
	13:30	週替わり レッスン	13:20 《新曲発表》 ボディバランス 齊藤IR・山田IR	13:30 ZUMBA45 保坂IR	13:30 ラテンエアロ 竹内IR	13:30 ボディパンプ 岡山IR	13:30 ボディパンプ 宮川IR
	15:00	週替わり レッスン	15:00 《新曲発表》 ボディパンプ 中村(慎)IR・稲富IR	15:00 ベーシック ステップ 保坂IR	15:00 ヨーガ 土田IR	15:00 エンジョイエアロ 木下IR	15:00 ボディコンバット 中村(慎)IR
			16:30 《新曲発表》 ボディコンバット 中村(慎)IR・杉原IR				
B スタジオ	13:15	週替わり レッスン	13:15 ホットYOGA 45ek 中山IR	13:15 ホットYOGA 45do 細川IR	13:15 ホットYOGA 45ek 土田IR	13:15 ホットYOGA 45do 神谷IR	13:15 ホットYOGA 45ek 細川IR
プ ール	フリータイム					10:45 アクア45 杉浦IR	