

# 横浜店

# 2月23日(月)祝日スケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
09:00				09:00
15				15
30				30
45				45
10:00				10:00
15	<b>ヨガ45</b> 10:00~10:45 エイミ <small>予約</small>	<b>エアロ1</b> 10:25~11:05 戸原 千波 <small>予約</small>	<b>ウォーク&amp;ジョグ30</b> 10:20-10:50 藏本 洋美	15
30				30
45				45
11:00				11:00
15	<b>ヴィンヤサ ヨガ45</b> 11:05~11:50 エイミ <small>予約</small>	<b>バレエ60</b> 11:25~12:25 カモン マヤ <small>予約</small>	<b>アクアダンス45</b> 11:00-11:45 藏本 洋美	15
30				30
45				45
12:00				12:00
15	<b>【MOVE BODY】 TALK&amp;POWER</b> ~中尾駿生誕祭SPライブ~ 12:10~12:55 中尾 駿 <small>予約</small>	<b>バレエ</b> やさしいヴァリエーション 45 12:45~13:30 カモン マヤ <small>予約</small>	<b>【有料】クロール</b> 12:00-12:45 柳澤 祥	15
30				30
45				45
13:00				13:00
15	<b>【MOVE BODY】 FIGHT60</b> 13:15~14:15 田中 敏史 <small>予約</small>	<b>【有料】バタフライ</b> 12:50-13:35 柳澤 祥		15
30				30
45				45
14:00				14:00
15	<b>Ageless Mobi30</b> 14:35~15:05 小尾 数加	<b>MAT PILATES45</b> 13:55~14:40 葉袋 利恵子 <small>予約</small>	<b>アクアミット+F30</b> 14:00-14:30 稲毛 友紀	15
30				30
45				45
15:00				15:00
15	<b>エアロ2</b> 15:35~16:25 柴田 江里子 <small>予約</small>	<b>【バックナンバー】 MOVE BODY DANCE60</b> 15:00~16:00 kanako <small>予約</small>	<b>アクアダンス45</b> 14:40-15:25 稲毛 友紀	15
30				30
45				45
16:00				16:00
15	<b>【有料】 マルチステップ</b> 16:40~17:40 柴田 江里子 <small>予約</small>	<b>【祝日限定】 K-POP60</b> 16:20~17:20 kanako <small>予約</small>		15
30				30
45				45
17:00				17:00
15	<b>営業時間</b> <b>9:00~20:00</b>			15
30				30
45				45
18:00				18:00
15				15
30				30
45				45
19:00				19:00

どなたでもご参加いただけます。  
強度を調整しながらお楽しみください。  
 該当のプログラムに慣れた方向向けのクラスです。

◆【MOVE BODY TALK&POWER】イベント 定員:50名 担当中尾駿インストラクター  
お笑いライブ+MB POWER(30) はじめのお笑いライブのみの参加の方は予約なしでお越しください。

◆【有料】K-POP60 定員:44名 料金:1,650円(税込) 担当kanakoインストラクター  
LE SSERAFIMの『SPAGHETTI』  
サビを踊ります。何度も繰り返して練習していきます。最後は、一緒に盛り上がりましょう!!

◆【有料】マルチステップ60 定員:22名 料金:¥1,650(税込)担当:柴田 江里子インストラクター  
ステップ台を一人2台使用して行うステップクラス。シングル台と違った面白さを是非体感しましょう。

**NEW**…新しいプログラムです。是非ご体験下さい。  
**【有料】**…有料のプログラムレッスンです。別途お申込み、ご入金が必要です。  
**【予約】**…予約が必要なクラスです。  
**【整理券】**…整理券をお配り致します。お一人様一枚とさせていただきます。  
**W**…インストラクター2名で皆様をサポートします。  
**オリジナル**…店舗オリジナルのレッスンです。  
**アップデート**…振付や音楽が更新されたプログラムです。