

1月スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
30							
10:00							
30	マグマヨーガ ベーシック	マグマヨーガ 骨盤調整			マグマヨーガ 骨盤調整		
11:00	10:30~11:30 ミエコ	10:30~11:30 近藤 義子			10:30~11:30 AZUSA	マグマヨーガ 骨盤調整	マグマヨーガ ベーシック
30			【HOTLUX】 美姿勢 エクササイズ 11:30~12:30 飯田 あかり			11:15~12:15 阪本 のりこ	11:15~12:15 AZUSA
12:00	マグマヨーガ 骨盤調整	マグマヨーガ デトックス		マグマピラティス 12:00~13:00 Kaori			
30	12:00~13:00 ミエコ	12:00~13:00 近藤 義子			セラピーボール 12:30~13:30 森崎 美里	マグマヨーガ デトックス	マグマヨーガ 骨盤調整
13:00						12:45~13:45 川原 亜希子	12:45~13:45 わかば
30	マグマピラティス 13:30~14:30 阪本 のりこ	【HOTLUX】 美姿勢 エクササイズ 13:30~14:30 佐々木 智世	マグマヨーガ デトックス 13:30~14:30 yurika	マグマヨーガ パワーエナジー 13:30~14:30 青木 沙織			
14:00					【HOTLUX】 機能改善 エクササイズ 14:00~15:00 小堀石 千尋	マグマヨーガ リラックス 14:15~15:15 吉田 みゆき	【HOTLUX】 スタイルアップヨガ 14:15~15:15 わかば
30							
15:00	ストレッチ ベーシック	【HOTLUX】 脂肪燃焼ヨガ	マグマヨーガ リラックス	マグマヨーガ ベーシック			
30	15:00~16:00 久保田 美穂	15:00~16:00 郡山 恵	15:00~16:00 増田 祥子	15:00~16:00 稲毛 友紀	マグマヨーガ デトックス 15:30~16:30 坂部 和佳子	マグマヨーガ 骨盤調整 15:45~16:45 吉田 みゆき	マグマヨーガ デトックス 15:45~16:45 yoko
16:00							
30							
17:00						セラピーボール 17:15~18:15 森山 麻由樹	マグマヨーガ ベーシック 17:15~18:15 川原 亜希子
30							
18:00		【HOTLUX】 スタイルアップヨガ 18:15~19:15 AIRI		マグマヨーガ デトックス 18:15~19:15 添田 美帆	ストレッチ ベーシック 18:10~19:10 羽賀 美貴子		
30	マグマヨーガ デトックス 18:45~19:45 金城 美野		マグマヨーガ ベーシック 18:45~19:45 青貝 タ子				
19:00							
30							
20:00							
30							
21:00							
30							
22:00							
30							

政府からの緊急事態宣言をうけて営業時間を20時までに短縮させていただくことになりました。大変申し訳ございませんが終了時間が19:46以降のプログラムは休講とさせていただきます。ご了承のほど宜しくお願い致します。

「スタジオ安全性確保に関するご案内」

皆様に対する安全性の確保に関しまして、現行の対策に加え、以下の内容にご確認・ご協力の程よろしくお願い致します。

①定員数の変更

- ・お客様、インストラクター間に間隔確保のため定員数を14名とさせていただいております。

②レッスン間清掃の強化

- ・30分以上レッスン間隔をあげ、レッスン終了後噴霧機での消毒、換気実施。(レッスン毎)
- ・ドア取手などの不特定多数の触れる箇所の消毒実施。
- ・ツール使用プログラムに関しまして使用後のツールを消毒実施。
- ・レッスン終了後速やかにご退出頂きますようご協力お願い致します。

③常時換気の徹底

レッスン中及びレッスン後に換気を行います。ドアを開ける場合がございましたので予めご了承くださいませ。

④レッスン中の接触の回避

- ・ペアを組むもの、お客様同士が対面する動きの禁止をしております。
- ・レッスン中の過度な声出しやインストラクターによる接触を伴う指導の禁止をしております。

