

# 1月4日(日)【特別営業】 レッスンスケジュール

アトリオドゥーエNext二子玉川 11:00-18:00

|       | オープンスタジオ                      | Aスタジオ                             | Bスタジオ | プール                            |       |
|-------|-------------------------------|-----------------------------------|-------|--------------------------------|-------|
| 9:00  |                               |                                   |       |                                | 9:00  |
| 10:00 |                               |                                   |       |                                | 10:00 |
| 11:00 |                               |                                   |       |                                | 11:00 |
| 12:00 | 11:30-12:00<br>YOGA<br>VR     | 11:30-12:15<br>FIGHT DO<br>古知屋睦美  |       |                                | 12:00 |
| 13:00 | 12:15-12:45<br>OXIGENO<br>VR  | 12:30-13:15<br>POWER<br>平拓功也◆     |       |                                | 13:00 |
| 14:00 | 13:00-13:30<br>MEGADANZ<br>VR |                                   |       | 13:30-14:00<br>背泳ぎ<br>花田紗希     | 14:00 |
| 15:00 | 13:45-14:30<br>KIMAX<br>平拓功也◆ |                                   |       | 14:15-14:45<br>クロール<br>花田紗希    | 15:00 |
| 16:00 | 14:45-15:15<br>FIGHT DO<br>VR |                                   |       | 15:00-15:45<br>ディスタンス<br>小川絵里香 | 16:00 |
| 17:00 | 15:30-16:00<br>HYPER C<br>VR  | 16:00-16:30<br>ストレッチボールR<br>古知屋睦美 |       |                                | 17:00 |
| 18:00 | 16:15-16:45<br>ELEVEN<br>VR   | 16:45-17:15<br>スタートピラティス<br>古知屋睦美 |       |                                | 18:00 |