

BEST STYLE FITNESS 海浜幕張

2019.09.16 Monday

ACTIVE		HERBS	IN THE DARK
9:00			
9:15			
9:30			
9:45	予約 9:35-10:35 ANTIGRAVITY FUNDAMENTALS1 舞	予約 9:45-10:30 Introduction YOGA 陽	
10:00			
10:15			
10:30			
10:45			
11:00	予約 10:50-11:50 BODY BALANCE 秋山 美幸	予約 10:50-11:50 Sound Trip 舞	予約 11:30-12:00 SPRINT HATTY・中野
11:15			
11:30			
11:45			
12:00			
12:15	予約 12:05-13:05 バレトン 大塚 友美	予約 12:05-13:05 RELAX YOGA 秋山 美幸	予約 12:15~13:00 VIBES OSAYA
12:30			
12:45			
13:00			
13:15			
13:30	予約 13:20-14:20 BODY COMBAT60 くるみ・神近	予約 13:20-14:20 POWER YOGA 大塚 友美	予約 13:15-13:45 SPRINT HATTY・中野
13:45			
14:00			
14:15			
14:30			
14:45	予約 14:35-15:50 ZUMBA Chelcy	予約 14:35-15:35 リラクゼーションストレッチ 大塚 友美	
15:00			
15:15			
15:30			
15:45			
16:00	予約 16:05-17:05 BODYPUMP60 くるみ		予約 16:05-16:50 EXCITE COMBO 石川
16:15			
16:30			
16:45			
17:00			
17:15	予約 17:20-18:05 MEGADANZ 橋本 浩貴	予約 17:00-18:00 MARS 嶋田祐子	予約 17:20-18:05 GROOVY BOX 陽
17:30			
17:45			
18:00			
18:15	予約 18:20-19:20 UBOUD60 橋本 浩貴	予約 18:15-19:15 ピラティス 嶋田祐子	
18:30			
18:45			
19:00			
19:15			
19:30	予約 19:35-20:05 CXWORX くるみ		
19:45			
20:00			
20:15			
20:30			
20:45			

※9月16日祝日プログラムは全プログラム予約制となっております。
またWEBの予約枠、半分は館内フロントの台帳でご予約頂けます。

※プログラムの入場について予約された方の名前を確認させていただきます。
ご理解ご協力を宜しくお願い申し上げます。

※スタジオについて途中入場・途中退場は基本厳禁になっております。
ご理解ご協力を宜しくお願い申し上げます。