

# スタジオ床リニューアル!

## 特別プログラム oceanfitness tsukuba

	5/4(水)			5/5(木)			5/6(金)			5/7(土)			5/8(日)		
	STUDIO	HOT	BIKE	STUDIO	HOT	BIKE	STUDIO	HOT	BIKE	STUDIO	HOT	BIKE	STUDIO	HOT	BIKE
9:00	8:30-9:00 BODYBALANCE	8:00-10:45 溶岩浴		8:30-9:15 SH'BAM	8:00-11:15 溶岩浴			8:00-10:00 溶岩浴			8:00-9:30 溶岩浴			8:00-9:30 溶岩浴	
10:00	9:30-10:15 ベリーダンス Arwa ☺			9:45-10:15 BODYCOMBAT			9:30-10:15 エアリアルヨガ RIKA ☺			9:00-9:30 RPM BEGINNER			9:00-9:45 エアリアルヨガ 関 ☺		
11:00	10:30-11:00 コアトレ 内装 ☺		10:30-11:00 SPRINT	10:45-11:30 SH' BAM MORI ☺			10:45-11:30 エアロピクス 上重 ☺			10:15-11:00 タイガーキック tiger ☺		10:00-10:45 リフレッシュヨガ 関 ☺		10:15-11:00 SH' BAM MORI ☺	10:00-10:45 ストレッチ&POLE 内装 ☺
12:00	11:15-11:45 BODYCOMBAT	11:15-12:00 アロマストレッチ 内装 ☺			11:45-12:30 ストレッチ&POLE 内装 ☺		11:45-12:30 ZUMBA Atsuko ☺		11:45-12:15 溶岩浴		11:15-12:00 ZVW STRIKE tiger ☺		11:15-13:30 溶岩浴	11:30-12:15 GROUP fight 柚木 ☺	11:15-12:00 アロマリンパ ストレッチ 内装 ☺
13:00	12:15-12:45 GRIT 倉田	12:30-15:15 溶岩浴		12:00-12:45 煌技匠 tiger ☺			12:45-13:30 リラックスストレッチ Atsuko		12:00-12:30 SPRINT				12:15-12:45 RPM	12:45-13:30 BODYATTACK 須田 ☺	12:45-13:30 美ボディヨガ 久美 ☺
14:00	13:15-14:00 ZUMBA YUME ☺				13:00-13:45 ZVW STRIKE tiger ☺	13:00-14:45 溶岩浴		13:00-13:45 SH'BAM			14:00-14:45 HIPHOP YOSHIKI	14:00-14:45 かんたんストレッチ 西岡 ☺	14:15-14:45 R30 川崎	14:00-14:45 アロハ・フラ 山口 ☺	14:00-14:30 溶岩浴
15:00	14:30-15:15 エアリアルヨガ RIKA ☺			14:15-15:00 SH' BAM TOMOKO ☺		14:00-14:45 GROUP RIDE 川崎	14:15-15:00 BODYCOMBAT		14:45-15:15 RPM		15:15-16:00 GROUP POWER 柚木		15:15-15:45 溶岩浴	15:15-16:00 BODYCOMBAT 須田	15:00-15:45 プラナヨガ 山口
16:00	15:45-16:30 BODYATTACK 須田	15:45-16:30 ヘルピクストレッチ RIKA ☺		15:30-16:30 BODYBALANCE				14:00-18:00 溶岩浴		16:30-17:15 GROUP fight 柚木		16:15-17:00 ヨガ emi ☺		16:30-17:15 GROUP POWER 倉田	
17:00	17:00-17:45 GROUP POWER 倉田	17:00-18:00 溶岩浴	17:00-17:30 SPRINT 須田	17:15-18:00 BODYPUMP	16:30-17:15 アロマリンパ ストレッチ 内装 ☺		16:15-17:00 SH'BAM					17:30-18:00 RPM 川崎		17:45-18:30 BODYSTEP 佐竹	
18:00					18:30-19:15 ヘルピクストレッチ 松田 ☺		17:30-18:15 HIPHOP YOSHIKI		18:30-19:15 やさしいアロマヨガ TERU ☺		17:45-18:45 BODYPUMP		17:30-21:00 溶岩浴	17:45-18:30 BODYSTEP 佐竹	16:15-21:00 溶岩浴
19:00	18:45-19:30 BODYCOMBAT	18:45-19:30 リラックス整体 田川 ☺		19:00-20:00 BODYCOMBAT 大川			19:00-19:45 BODYSTEP 佐竹			19:15-19:45 BODYCOMBAT		19:00-19:30 SPRINT	19:00-19:30 BODYCOMBAT		
20:00	20:00-20:45 ZVW STRIKE TOMO	20:00-20:45 タイ式ヨガ 大川	20:00-20:45 RPM 須田	20:30-21:15 ZUMBA Atsuko	19:15-21:30 溶岩浴	20:30-21:00 RPM 川崎	20:15-21:00 GROUP POWER 柚木		19:30-20:20 RPM		20:15-21:15 有料プログラム #MARI		19:45-20:15 BODYBALANCE		20:15-20:45 RPM
21:00							21:30-22:15 HIPHOP YOSHIKI	19:45-23:00 溶岩浴	20:30-21:00 SPRINT			21:30-22:15 GROUP RIDE 柚木			
22:00	22時までの営業			22時までの営業						22時までの営業			22時までの営業		
23:00															

**施設利用**  
 会員様同伴  
 5/4(水)~5/8(日)  
 期間中何回でも  
**1,000円(税込)**

**Zoom**  
 有料レッスン  
**#MARI**  
 5/7(土)  
 20:15-21:15  
**事前受付**  
 4/29(金)  
 8:00より  
 フロントにて受付開始!!  
 料金1,000円(税込)  
 ※受付時に精算となります。  
 ※キャンセルの場合でも  
 返金致しかねます。  
**定員20名**

