4/29～5/6特別プログラム　oceanfitness tsukuba

4/29(月)	4/30(火)	5/1～2	5/3(金)	5/4(土)	5/5(日)	5/6(月)
休館日	休館日	通常営業（9:00-23:00）	祝日営業（9:00-21:00）	祝日営業（9:00-21:00）	祝日営業（9:00-21:00）	祝日営業（9:00-21:00）
休館日	休館日	通常営業				

5/3(金)

STUDIO	HOT	BIKE
10:00-11:15 エアリアルヨガ75 諸星	10:30-11:15 からだストレッチ 神谷 ☺	11:30-12:00 SPRINT
11:45-12:30 ZUMBA Atsuko ☺	11:45-12:30 パワーヨガ初級 諸星 ☺	13:00-13:45 THE TRIP
12:45-13:45 BODYBALANCE 諸星 ☺	13:00-16:30 溶岩浴	14:45-15:15 RPM
14:00-14:30 TONE Masa		15:45-16:15 SPRINT
14:45-15:30 BODYCOMBAT Masa		17:00-17:45 THE TRIP
16:15-17:00 BODYPUMP	17:00-18:30 太陽礼拝54 諸星 ☺	18:30-20:00 RPM90 須田
17:30-18:15 BODYATTACK 須田	19:00-20:00 顔ヨガ 諸星 ☺	
19:00-19:45 HIP HOP 恋春		

5/4(土)

STUDIO	HOT	BIKE
9:15-10:00 エアリアルヨガ 関 ☺	10:15-11:00 リフレッシュヨガ 関 ☺	10:00-10:30 SPRINT
10:30-11:15 SH'BAM #MARI&MORI ※有料クラス	11:30-12:15 ゆったりヨガ 諸星 ☺	12:15-12:45 RPM
11:30-12:30 BODYJAM #MARI&MORI ※有料クラス	12:45-13:30 溶岩浴	13:00-13:45 SPRINT45 須田
12:45-13:45 BODYSTEP 佐竹	14:30-16:00 パワーヨガ90 諸星	14:00-14:45 THE TRIP
14:00-15:00 ATTACK&COMBAT 須田＆佐竹	16:45-18:15 経絡ヨガ90 諸星 ☺	15:00-15:30 RPM
15:15-15:45 BODYJAM 伊藤		16:15-17:00 THE TRIP
16:15-17:15 BODYPUMP SACHIKO		18:00-18:30 SPRINT
17:45-18:30 BODYCOMBAT Ran		19:00-19:30 RPM
19:15-20:00 エアリアルヨガ 諸星 ☺		

5/5(日)

STUDIO	HOT	BIKE
10:15-11:00 SH'BAM 唯華	10:15-11:00 陰ヨガ 田川 ☺	10:00-10:45 THE TRIP
11:15-12:00 LESMILLS DANCE 唯華	11:15-12:00 リラックス整体 田川 ☺	11:30-12:00 SPRINT
12:30-13:15 BODYATTACK 須田	12:30-15:45 溶岩浴	14:00-14:50 RPM
13:30-14:15 BODYCOMBAT 須田		15:15-16:00 RPM 須田
14:30-15:00 LESMILLS CORE 須田 ☺		17:15-18:05 RPM
15:15-16:00 FREE STYLE Rian.D	16:15-17:45 顔ヨガ90 諸星 ☺	19:00-19:45 THE TRIP
16:15-17:00 GROUP fight 竹田	18:15-19:00 溶岩浴	
17:15-17:45 GRIT 竹田	19:15-20:15 経絡ヨガ 諸星 ☺	
18:00-19:00 BODYBALANCE 諸星 ☺		
19:15-20:15 BODYPUMP		

5/6(月)

STUDIO	HOT	BIKE
10:00-10:45 LESMILLS CORE 須田	9:30-10:30 ゆったりストレッチ 星 ☺	10:45-11:15 RPM
11:00-11:45 LESMILLS DANCE TOMOKO ☺	10:45-11:30 溶岩浴	13:00-13:45 RPM 須田
12:00-12:45 BODYBALANCE 諸星 ☺	12:00-12:45 ペルビックストレッチ 松田 ☺	15:00-15:45 THE TRIP
13:00-13:45 バレトン 伊藤 ☺	13:15-15:00 溶岩浴	18:30-19:00 RPM
14:00-15:00 Bowspring ai ※有料クラス	15:30-16:15 やさしいBowspring ai ※有料クラス	19:45-20:30 THE TRIP
16:00-16:45 SH'BAM	17:15-19:15 溶岩浴	
18:00-19:00 BODYCOMBAT 大川 with Rian.D	19:45-20:30 からだほぐし Atsuko ☺	
19:30-20:15 FREE STYLE Rian.D with 大川		