

oceanfitness tsukuba

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）			
4/29(火)	4/30(水)	5/1~2	5/3(土)			5/4(日)			5/5(月)			5/6(火)			
休館日	休館日	通常営業	STUDIO	HOT	BIKE	STUDIO	HOT	BIKE	STUDIO	HOT	BIKE	STUDIO	HOT	BIKE	
			9:15-10:00 エアリアルヨガ 関 ☺												
					10:00-10:30 SPRINT			9:30-10:20 RPM		10:00-10:45 エアロビクス 松田	9:30-10:30 ゆったりストレッチ 星 ☺	9:30-10:00 SPRINT		10:00-10:45 LES MILLS DANCE	10:00-10:45 リラックスストレッチ emi ☺
			10:45-11:30 BODYCOMBAT 須田	10:15-11:00 リフレッシュヨガ 関 ☺			10:30-11:00 SPRINT					10:45-11:15 RPM			
			11:45-12:30 BODYATTACK 須田	11:15-13:30 溶岩タイム				11:15-12:00 THE TRIP		11:00-11:45 LES MILLS DANCE TOMOKO ☺	11:00-11:45 コアほぐし 星 ☺		11:00-11:45 バレトン 上重 ☺		
			12:45-13:45 エアロビクス 西岡 ☺			11:30-12:15 LES MILLS DANCE 唯華 ☺		12:00-12:45 はじめて社交ダンス 伊藤 ☺	12:00-12:45 ヘルピックスストレッチ 松田 ☺		12:15-13:15 トモとエミの ハビネスヨガ 染野 & emi ☺	11:00-13:30 溶岩タイム			
						12:30-13:15 BODYATTACK 須田		13:00-13:45 バレトン 伊藤 ☺	13:00-14:30 溶岩タイム	13:00-14:30 RPM90 須田					
			14:00-14:45 BODYBALANCE 佐竹 ☺	14:00-14:45 ほぐれるポールストレッチ 西岡 ☺	14:15-14:45 RPM		13:30-14:15 BODYCOMBAT 須田	14:00-14:50 RPM	14:00-14:45 リラックス整体 田川 ☺		14:00-14:45 LES MILLS CORE 須田	14:00-14:45 アロマヨガ 染野 ☺			
			15:15-16:15 BODYJAM 伊藤	15:00-16:00 パワーヨガ☺ 諸星	15:00-15:45 THE TRIP		14:30-15:00 LES MILLS CORE 須田 ☺	15:15-16:00 RPM 須田	15:00-15:45 BODYATTACK 田川 ☺	15:00-15:45 THE TRIP	15:00-15:45 BODYATTACK 須田	15:00-16:30 溶岩タイム			
							15:45-16:45 BODYSTEP 佐竹 & 阿部				16:15-17:00 BODYCOMBAT Masa & 須田				
			16:45-17:45 はじめて社交ダンス 伊藤 ☺	16:15-17:00 月礼拝60 諸星 ☺	16:15-17:00 RPM			16:30-17:45 トータルビューティ75 諸星 ☺			17:15-18:00 TONE Masa	17:00-18:00 内臓マッサージヨガ 諸星 ☺	17:15-18:00 RPM 須田		
							17:00-18:00 BODYATTACK 佐竹 & 阿部		17:15-18:05 RPM						
				17:45-18:45 顔ヨガ 諸星 ☺	18:00-18:30 SPRINT		18:15-18:45 BODYBALANCE 諸星 ☺			16:15-20:30 溶岩タイム	18:00-18:45 RPM 阿部	18:15-19:00 BODYJAM YUME	18:30-19:15 ヘルピックスストレッチ RIKA ☺		
			19:15-20:00 エアリアルヨガ 諸星 ☺		19:00-19:30 RPM			19:15-20:15 経絡ヨガ 諸星 ☺	19:00-19:45 THE TRIP	19:00-20:00 BODYCOMBAT 大川	19:15-19:45 SPRINT 阿部				

※赤マークのクラスは通常クラス以外、または特別クラス