

4/29~5/6特別プログラム 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) | | | | | | | | | |
| | | | | STUDIO | HOT | BIKE | STUDIO | HOT | BIKE | STUDIO | HOT | BIKE | | | | |
| 9:00 | 休館日 | 休館日 | 通常営業 | 9:15-10:00 エアリアルヨガ 関 ☺ | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | 9:30-10:20 RPM | 9:30-10:30 ゆったりストレッチ 星 ☺ | 9:30-10:00 SPRINT | | | | 9:30-10:00 RPM | | |
| 11:00 | | | | | | | 10:15-11:00 リフレッシュヨガ 関 ☺ | 10:00-10:30 SPRINT | 10:30-11:00 SPRINT | 10:00-10:45 エアロビクス 松田 | | 10:00-10:45 LES MILLS DANCE | 10:00-10:45 リラックスストレッチ emi ☺ | 10:15-10:45 SPRINT | | |
| 12:00 | | | | | | | 10:45-11:30 BODYCOMBAT 須田 | 10:45-11:30 THE TRIP | | 11:00-11:45 LES MILLS DANCE TOMOKO ☺ | 11:00-11:45 コアほぐし 星 ☺ | 10:45-11:15 RPM | 11:00-11:45 バレトン 上重 ☺ | | | |
| 13:00 | | | | | | | 11:45-12:30 BODYATTACK 須田 | 11:15-13:30 溶岩タイム | 12:15-13:00 THE TRIP | 11:30-12:15 LES MILLS DANCE 唯華 ☺ | | | | 11:00-13:30 溶岩タイム | | |
| 14:00 | | | | | | | 12:45-13:45 エアロビクス 西岡 ☺ | | | 12:30-13:15 BODYATTACK 須田 | | | | 12:15-13:15 トモとエミの ハピネスヨガ 染野&emi ☺ | 13:00-13:45 THE TRIP | |
| 15:00 | | | | | | | 14:00-14:45 BODYBALANCE 佐竹 ☺ | 14:00-14:45 ほぐれるボールストレッチ 西岡 ☺ | 14:15-14:45 RPM | 13:30-14:15 BODYCOMBAT 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 LES MILLS CORE 須田 | 14:00-14:45 アロマヨガ 染野 ☺ | |
| 16:00 | | | | | | | 15:00-16:00 パワーヨガ 諸星 ☺ | 15:00-16:00 THE TRIP | 15:00-15:45 THE TRIP | 14:30-15:00 LES MILLS CORE 須田 ☺ | 15:00-15:45 BODYATTACK 田川 ☺ | 15:00-15:45 やさしいストレッチ 田川 ☺ | 15:00-15:45 THE TRIP | 15:00-15:45 BODYATTACK 須田 | 15:00-16:30 溶岩タイム | |
| 17:00 | | | | | | | 16:15-17:15 月礼拝60 諸星 ☺ | 16:15-17:00 RPM | 16:15-17:00 RPM | 15:45-16:45 BODYSTEP 佐竹&阿部 | 16:00-16:45 LES MILLS DANCE | | | 16:15-17:00 BODYCOMBAT Masa & 須田 | | |
| 18:00 | | | | | | | 16:45-17:45 はじめて社交ダンス 伊藤 ☺ | | | 17:00-18:00 BODYATTACK 佐竹&阿部 | 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 |
| 19:00 | | | | | | | 17:45-18:45 顔ヨガ 諸星 ☺ | 18:00-18:30 SPRINT | 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 ヘルビックスストレッチ RIKA ☺ | 18:15-18:45 SPRINT 須田 |
| 20:00 | | | | | | | 19:15-20:00 エアリアルヨガ 諸星 ☺ | 19:00-19:30 RPM | 19:00-19:30 RPM | 19:15-20:15 経絡ヨガ 諸星 ☺ | 19:00-19:45 THE TRIP | | 19:15-19:45 SPRINT 阿部 | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | | | | |

※赤マークのクラスは通常クラス以外、または特別クラス