



千葉ニュータウン

11月3日・23日 祝日スケジュール

	11月3日（火）		11月23日（月）	
	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
	7:00 OPEN		7:00 OPEN	
10:00	機能改善ストレッチ 10:00-10:30 SHIHO			
11:00	イベント MAMBO FIT® 10:50-11:40 YUKO	Gリラックスヨガ 10:45-11:45 AILI	カーディオFキックボクシング 10:30-11:15 高橋 幸子	
12:00	★ ボディシェイプ 12:00-13:00 AILI	★ 店頭配布整理券: レッスン開始2時間前から フロントにて整理券を配布します。 (WEB整理券と合わせてお1人様 当日2レッスンまで取得可能) レッスン開始10分前に番号順に お入りいただけます。 ※ ボディシェイプ定員23名	STRONG NATION 11:30-12:15 高橋 幸子	ピラティス 11:30-12:15 高橋 圭
13:00	SALSATION® 13:15-14:15 Lilian		STEP40（初級レベル） 12:30-13:10 高橋 圭	
14:00			ナニアロハ 13:30-14:30 emi	ヨガ 13:45-14:45 北村 あり
15:00	HIP HOP（初中級） 14:30-15:30 Rie		バレエ（入門・初級） 14:50-15:50 大塚 友美	
16:00			Group Power【整理券なし定員19名】 16:15-17:00 湯浅 敬太	
17:00	※スクールにつきましては 別途スクールカレンダー をご確認ください。			
18:00				
19:00				
20:00	初めてスタジオレッスンに参加される方は 参加時にインストラクターへお声掛けください。 ■特に表記のないクラスはどなた様でもご参加いただける 「オールレベル」のクラスです。開始時刻までにスタジオへお入りください。 ■レッスン開始10分以降のご入室及び途中退室は 怪我のリスク等の観点からお控えください。 ■スタジオマナーにご協力いただけますようお願い申し上げます。 物を置いての場所取りはお控えください。		Event Lesson 11月3日（火） 10:50-11:40 MANBO FIT® YUKO ラテンのリズムや世界の ダンススタイルを取り入れた エネルギッシュな ダンスフィットネスです！ 	
21:00				
	22:00 CLOSE		22:00 CLOSE	