





# 2025年3月20日(木)春分の日

	プール	Fスタジオ	Wスタジオ	
10:00				10:00
11:00				11:00
12:00				12:00
13:00		 ★新曲発表★ 外丸 植竹美季 12:45～13:45		13:00
14:00		ファイトウ  大谷むつみ 14:00～15:00		14:00
15:00				15:00
16:00		UBOUND45 町田奈々実 15:30～16:15		16:00
17:00		 16:35～16:55 MCストレッチ 町田奈々実		17:00
18:00				18:00
19:00				19:00
20:00				20:00

※スタジオへのご整列は前レッスン終了の10分前からとなります。  
 ※朝一番のレッスン、及び空き時間の間隔が1時間以上あるレッスンは  
 15分前から整列となります。  
 ※整列時、及びスタジオ内の荷物を置いての場所取りはご遠慮くださ  
 い。  
 ※レッスン中の退室は、安全のためご遠慮ください。(怪我や体調不良  
 の場合を除く)  
 ※定員数(器具を使用するレッスンは定員数が異なる)  
 フィットネススタジオ 35名      ウェルネススタジオ 20名