





8日(月)							9日(火)	10日(水)						11日(木)									
Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Dスタジオ	Eスタジオ	Fスタジオ	Gスタジオ		Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Dスタジオ	Eスタジオ	Fスタジオ	Gスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Dスタジオ	Eスタジオ	Fスタジオ	Gスタジオ		
						08:00-20:00 ◇×ANYWHERE スクリーン																	
●09:00-10:00 下半身キレ初級 大塚	08:40-09:40 ◇×ニコデ スクリーン		●08:50-09:40 ◎ヒラB+ 菅原			09:00-09:15 ◇×TP:P1 09:20-10:00 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)		●09:00-10:00 上半身キレ初級 大石	08:40-09:40 ◇×リハリル スクリーン		●08:50-09:40 ◎ヒラUpper+ 永瀬			09:00-09:40 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	09:00-10:00 AMY 坂	08:40-09:40 ◇×ネイチャー スクリーン		08:50-09:40 ◎ヒラB&A+ 南部			09:00-09:40 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)		
	09:50-10:50 ◇×上半身初級 スクリーン					10:05-10:45 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)			09:50-10:50 ◇×お腹 スクリーン		10:05-10:50 10分 ▽BRO1MJ 坂			09:45-10:00 ◇×TP:P3 10:05-10:20 ◇×TP:P1 10:25-11:05 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)		09:50-10:50 ◇×サウンドA スクリーン		●10:10-11:00 ◎ヒラUpper+ 永瀬			09:45-10:25 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)		
●10:30-11:30 ネイチャー 大塚			11:00-11:30 ◎ヒラRefCore 菅原			10:50-11:05 ◇×TP:P2 11:10-11:50 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)		10:30-11:30 ◇呼吸で洗れる スクリーン			●11:00-11:50 ◎ヒラLower+ 永瀬			11:10-11:50 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)	●10:30-11:30 ヨバ 坂	11:00-12:00 ◇×上半身初級 スクリーン					10:30-11:10 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)		
	11:00-12:00 ◇×ネイチャー スクリーン		●11:30-12:00 ▽BROROCK5 藤井			11:55-12:10 ◇×TP:P3 12:15-12:30 ◇×TP:P1 12:35-13:15 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)			11:00-12:00 ◇×下半身初級 スクリーン					11:55-12:10 ◇×TP:P2 12:15-12:55 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	●12:00-13:00 美腸力 菅原	12:10-13:10 ◇×開脚 スクリーン		●12:10-13:00 ◎ヒラLower+ 永瀬			12:00-12:40 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)		
●12:00-13:00 美腸力 菅原	12:10-13:10 ◇×上半身初級 スクリーン					13:20-14:00 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)		●12:00-13:00 肩こり 大石	12:10-13:10 ◇×シヨフル スクリーン		12:20-12:50 10分 ▽BRO1MJ 坂			13:00-13:15 ◇×TP:P3 13:20-13:35 ◇×TP:P1 13:40-14:20 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)							12:45-13:25 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)		
	13:20-14:20 ◇×ヨガフローラ スクリーン		●13:00-13:50 ◎ヒラLower+ 大塚			14:05-14:20 ◇×TP:P2 14:25-15:05 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)			13:20-14:20 ◇×ヨガ スクリーン		●13:10-14:00 ◎ヒラUpper+ 藤井			14:25-15:05 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)	13:30-14:30 ◇ハモニックBY スクリーン							13:30-14:10 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)	
			●13:50-14:20 ▽BROROCK5 藤井			15:10-15:25 ◇×TP:P3 15:30-15:45 ◇×TP:P1 15:50-16:30 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)			14:30-15:30 ◇×リテガス スクリーン		14:30-15:00 ◎ヒラTotalBody 浅野			14:25-15:05 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)								14:15-14:55 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	
●14:00-15:00 ニガデ 沢田	14:30-15:30 ◇×リテガス スクリーン					17:20-17:35 ◇×TP:P2 17:40-18:20 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)		●15:30-16:30 ヨガビキナー	15:40-16:40 ◇×サウンドE スクリーン		●15:40-16:30 ◎ヒラB+ 藤井			15:10-15:25 ◇×TP:P2 15:30-16:10 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	●15:00-16:00 ヨガビキナー 沢田	15:40-16:40 ◇×美脚 スクリーン		●14:30-15:20 ◎ヒラUpper+ 永瀬				15:00-15:40 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)	
	15:40-16:40 ◇×ヨガ70-B スクリーン					18:25-18:40 ◇×TP:P3 18:45-19:00 ◇×TP:P1 19:05-19:45 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)			16:50-17:50 ◇×ニコデ スクリーン		●17:20-18:10 ◎ヒラWaist+ 浅野	●17:50-18:20 ▽BROHOUSE2 岩田		15:30-16:00 ◇×TP:P2 16:55-17:35 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)								15:45-16:25 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)	
			●18:10-18:40 ◎ヒラTotalBody 浅野			17:40-18:20 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)			17:00-18:00 ニガデ 沢田		●17:20-18:10 ◎ヒラWaist+ 浅野			16:55-17:35 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)	●17:00-18:00 リハビリリラクシュ 菅原	16:50-17:50 ◇×ニガデ スクリーン		●15:50-16:40 ◎ヒラB+ 上脇				16:30-17:10 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	
●17:00-18:00 ヨガビキナー 沢田	16:50-17:50 ◇×上半身初級 スクリーン		●17:20-18:10 ◎ヒラB+ 上脇			18:00-18:20 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)			16:50-17:50 ◇×ニコデ スクリーン		●17:20-18:10 ◎ヒラWaist+ 浅野			17:40-18:20 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)								17:15-17:55 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)	
	18:00-19:00 ◇×エナジー スクリーン		●18:00-18:30 ▽BROMIX5 南部			18:25-18:40 ◇×TP:P3 18:45-19:00 ◇×TP:P1 19:05-19:45 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)			17:00-18:00 ニガデ 沢田		●17:50-18:20 ▽BROMIX6 岩田			18:00-19:00 ◇×お腹 スクリーン	18:00-19:00 ◇×ヨガ スクリーン							18:00-18:40 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)	
						19:05-19:45 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)			18:30-19:30 ◇呼吸で洗れる スクリーン		●18:50-19:40 ◎ヒラLower+ 藤井	●19:30-20:00 ▽BROMIX6 岩田		18:45-19:25 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	●18:30-19:30 ニガデ 沢田	19:10-20:10 ◇×サウンドA スクリーン		●18:50-19:40 ◎ヒラH&L+ 上脇					18:45-19:25 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)
						19:50-20:30 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)			19:10-20:10 ◇×美脚 スクリーン					19:30-19:45 ◇×TP:P3 19:50-20:05 ◇×TP:P1 20:10-20:50 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)	20:00-21:00 ヨバ 菅原	20:20-21:20 ◇×サウンドA スクリーン					19:30-20:10 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)		
●20:00-21:00 ニガデ 沢田	20:20-21:20 ◇×ネイチャー スクリーン		20:30-21:20 ◎ヒラB&A+ 浅野			20:35-20:50 ◇×TP:P2 20:55-21:35 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)		●20:00-21:00 ヨガビキナー 沢田	20:20-21:20 ◇×美尻 スクリーン		●20:30-21:20 ◎ヒラH&L+ 浅野	10分 ▽BRO3HOUSE 岩田		20:10-20:50 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)								20:15-20:55 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)	
			●21:00-21:30 ▽BROMIX5 南部											20:55-21:35 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)	●20:00-21:00 ヨバ 菅原	20:20-21:20 ◇×サウンドA スクリーン		20:50-21:20 ◎ヒラChestSR 上脇			21:00-21:40 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)		
																						21:00-21:40 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	

定休日



15日(月)							16日(火)	17日(水)							18日(木)								
Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Dスタジオ	Eスタジオ	Fスタジオ	Gスタジオ		Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Dスタジオ	Eスタジオ	Fスタジオ	Gスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Dスタジオ	Eスタジオ	Fスタジオ	Gスタジオ		
							定休日																
						08:00-20:00 ◇×ANYWHERE スクリーン									08:00-20:00 ◇×ANYWHERE スクリーン							08:00-20:00 ◇×ANYWHERE スクリーン	
09:00-10:00 開脚 永瀬	08:40-09:40 ◇×ニコテ スクリーン		08:50-09:20 ◎ヒラChestSR 上脇			09:00-09:15 ◇×TP:P1			09:00-10:00 美腸力 坂	08:40-09:40 ◇×リハリル スクリーン		08:50-09:40 ◎ヒラH&L+ 上脇			09:00-09:40 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)	09:00-10:15 MYB 坂	08:40-09:40 ◇×ネイチャー スクリーン		08:50-09:40 ◎ヒラWaist+ 浅野			09:00-09:40 ◇×TP:MLN4 スクリーン(JO)	
	09:50-10:50 ◇×上半身初級 スクリーン			10:00-10:30 ▽BRO1EDM2 大塚		09:20-10:00 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)				09:50-10:50 ◇×骨盤 スクリーン					09:45-10:00 ◇×TP:P3							09:45-10:25 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)	
10:30-11:30 ◇PW上級 スクリーン			10:50-11:40 ◎ヒラH&L+ 上脇			10:50-11:05 ◇×TP:P2			10:30-11:30 ヨガフロー-リ 浅野			10:50-11:20 ◎ヒラPerBackBody 上脇			10:05-10:20 ◇×TP:P1							10:00-10:30 ▽BROHOUSE2 岩田	
	11:00-12:00 ◇×ネイチャー スクリーン					11:10-11:50 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)				11:00-12:00 ◇×上半身初級 スクリーン					11:10-11:50 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)	10:45-11:45 お腹 坂						10:50-11:20 ◎ヒラCore 浅野	
			11:50-12:20 ▽BROWA3 大塚			11:55-12:10 ◇×TP:P3									11:55-12:10 ◇×TP:P2							11:15-11:55 ◇×TP:MLN4 スクリーン(JO)	
12:00-13:00 FS-D 永瀬	12:10-13:10 ◇×上半身初級 スクリーン					12:15-12:30 ◇×TP:P1			12:00-13:00 ◇ハートモニタ BY スクリーン	12:10-13:10 ◇×エナジー スクリーン					12:15-12:55 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)	12:15-13:15 ヨガフロー-リ 浅野	12:10-13:10 ◇×開脚 スクリーン					12:10-12:40 ▽BROMIX6 岩田	12:00-12:40 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)
	13:20-14:20 ◇×ヨガフロー-リ スクリーン					12:35-13:15 ◇×TP:MLN4 スクリーン(JO)									13:00-13:15 ◇×TP:P3							12:45-13:25 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)	
						13:20-14:00 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)				13:20-14:20 ◇×サウドE スクリーン					13:20-13:35 ◇×TP:P1							13:20-13:50 ◎ヒラChestSR 上脇	13:30-14:10 ◇×TP:MLN4 スクリーン(JO)
	14:30-15:30 ◇×リハリル スクリーン		14:30-15:20 ◎ヒラLower+ 大塚			14:05-14:20 ◇×TP:P2			14:00-15:00 ヨガヒキナー 沢田	14:30-15:30 ◇×PW初級 スクリーン		13:30-14:00 ▽BRO1MJ 坂			13:40-14:20 ◎ヒラWaist+ 浅野							14:40-15:30 ◎ヒラB+ 上脇	14:15-14:55 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)
15:15-16:15 ヨガヒキナー 沢田						14:25-15:05 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)									14:25-15:05 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)	14:30-15:30 ネイチャー 大塚						15:10-15:40 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)	
	15:40-16:40 ◇×ジョイフル スクリーン					15:10-15:25 ◇×TP:P3									15:10-15:25 ◇×TP:P2							15:40-16:40 ◇×骨盤 スクリーン	
			18:10-18:40 ◎ヒラCore 藤井			15:30-15:45 ◇×TP:P1				15:40-16:40 ◇×リテックス スクリーン					15:30-16:10 スクリーン(JO)							16:30-17:00 ◎ヒラPerBackBody 上脇	15:45-16:25 ◇×TP:MLN4 スクリーン(JO)
	16:50-17:50 ◇×上半身初級 スクリーン					16:35-17:15 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)						16:50-17:20 ◎ヒラRefBody 南部			16:35-18:50 ◇×TP:P1	16:50-17:35 ◇×TP:MLN4 スクリーン(JO)	16:50-18:00 ヨガフロー-A 菅原	16:50-17:50 ◇×ニコテ スクリーン					16:30-17:10 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)
17:00-18:00 AMY 坂						17:20-17:35 ◇×TP:P2			17:00-18:00 ネイチャー 大塚	16:50-17:50 ◇×ニコテ スクリーン					17:40-18:20 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)							17:15-17:55 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)	
	18:00-19:00 ◇×エナジー スクリーン		17:30-18:20 ◎ヒラB&A+ 浅野			17:40-18:20 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)						18:00-18:30 ▽BROMIX5 南部			17:40-18:20 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)	18:00-19:00 ◇×お腹 スクリーン						17:40-18:30 ◎ヒラUpper+ 大塚	17:50-18:20 ▽BROROCK5 藤井
						18:25-18:40 ◇×TP:P3			18:30-19:30 ヨガ 沢田	18:00-19:00 ◇×骨盤 スクリーン					18:25-18:40 ◇×TP:P2							18:00-19:00 ◇×上半身初級 スクリーン	18:00-18:40 ◇×TP:MLN4 スクリーン(JO)
18:30-19:30 ヨガ 沢田						18:45-19:00 ◇×TP:P1									18:45-19:25 ◎ヒラJumpM 菅原	18:30-19:30 美腸力 菅原							18:45-19:25 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)
	19:10-20:10 ◇×開脚 スクリーン		19:20-20:10 ◎ヒラWaist+ 藤井			19:05-19:45 ◇×TP:MLN4 スクリーン(JO)				19:10-20:10 ◇×美脚 スクリーン					19:10-19:30 ◎ヒラRefBody 南部							19:10-20:00 ◎ヒラH&L+ 上脇	19:30-20:00 ▽BRO1MIX7 藤井
						19:50-19:45 ◇×TP:P1									19:30-20:00 ▽BROWA3 大塚							10分	19:30-20:10 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)
20:00-21:00 PW中級 坂	20:20-21:20 ◇×ネイチャー スクリーン		20:50-21:20 ◎ヒラTotalBody 浅野			19:50-20:30 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)		20:00-21:00 リハリル 菅原	20:20-21:20 ◇×美尻 スクリーン					20:10-20:50 ◇×TP:MLN4 スクリーン(JO)	20:00-21:00 下半身キレ初級 大塚							20:15-20:55 ◇×TP:MLN4 スクリーン(JO)	
						20:35-20:50 ◇×TP:P2								20:10-20:50 ◇×TP:P1								21:00-21:40 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)	
						20:55-21:35 ◇×TP:00s2 スクリーン(JO)								20:55-21:35 ◇×TP:EDM1 スクリーン(JO)							20:50-21:20 ◎ヒラRefCore 菅原	21:00-21:30 ▽BROROCK5 藤井	



22日(月)							23日(火)	24日(水)							25日(木)								
Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Dスタジオ	Eスタジオ	Fスタジオ	Gスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Dスタジオ	Eスタジオ	Fスタジオ	Gスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Dスタジオ	Eスタジオ	Fスタジオ	Gスタジオ		
							定休日																
					08:00-20:00 ◇×ANYWHERE スクリーン										08:00-20:00 ◇×ANYWHERE スクリーン							08:00-20:00 ◇×ANYWHERE スクリーン	
●09:00-10:00 ヨガフロー+ 浅野	08:40-09:40 ◇×ニコテ スクリーン		●08:50-09:40 ◎ヒラH&L+ 上脇						●09:00-10:00 ヨガヒキナー 沢田	08:40-09:40 ◇×リハリル スクリーン			●08:50-09:40 ◎ヒラWaist+ 菅原		09:00-09:40 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	09:00-10:00 SP 菅原	08:40-09:40 ◇×ネイチャー スクリーン		08:50-09:20 ◎ヒラChestSR 上脇			09:00-09:40 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)	
	09:50-10:50 ◇×上半身初級 スクリーン		09:30-10:00 ▽BRO1MJ 坂												09:45-10:00 ◇×TP:P3 スクリーン(ジョイ)							09:45-10:25 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	
●10:30-11:30 お腹 坂									10:30-11:30 ◇サウトE スクリーン	09:50-10:50 ◇×お腹 スクリーン			10:20-10:50 ◎ヒラRefCore 菅原		10:05-10:20 ◇×TP:P1 スクリーン(ジョイ)		09:50-10:50 ◇×サウトA スクリーン					10:30-11:10 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)	
	11:00-12:00 ◇×ネイチャー スクリーン		●10:50-11:40 ◎ヒラB+ 上脇							11:00-12:00 ◇×下半身初級 スクリーン			11:00-11:30 ▽BRO1MJ 坂		11:10-11:50 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)		11:00-12:00 ◇×上半身初級 スクリーン					11:15-11:55 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)	
															11:55-12:10 ◇×TP:P3 スクリーン(ジョイ)							11:30-12:00 ▽BRO1MIX1 岩田	
●12:00-13:00 美尻 浅野	12:10-13:10 ◇×上半身初級 スクリーン								●12:00-13:00 ニガテ 沢田	12:10-13:10 ◇×ジョフル スクリーン			●12:20-13:10 ◎ヒラWaist+ 菅原		12:15-12:30 ◇×TP:P1 スクリーン(ジョイ)								12:00-12:40 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)
			13:00-13:30 ◎ヒラChestSR 上脇												12:35-13:15 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)							12:45-13:25 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)	
	13:20-14:20 ◇×ヨガフロー+ スクリーン									13:20-14:20 ◇×ヨガ+ スクリーン					13:20-13:35 ◇×TP:P1 スクリーン(ジョイ)								13:30-14:00 ▽BROHOUSE2 岩田
●14:00-15:00 肩こり 上脇													●13:50-14:40 ◎ヒラUpper+ 永瀬		13:40-14:20 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)		14:00-15:00 エナジーフロー 鈴木					14:15-14:55 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	
	14:30-15:30 ◇×開脚 スクリーン		●14:20-15:10 ◎ヒラLower+ 南部						15:00-16:00 ジョフル 藤井	14:30-15:30 ◇×リハリル スクリーン					14:25-15:05 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)							14:50-15:10 ◎ヒラWaist+ 浅野	
													●15:10-16:00 ◎ヒラB+ 菅原		15:10-15:25 ◇×TP:P3 スクリーン(ジョイ)								15:00-15:40 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)
	15:40-16:40 ◇×ヨガフロー-B スクリーン		●15:40-16:30 ◎ヒラWaist+ 浅野							15:40-16:40 ◇×サウトE スクリーン					15:30-16:10 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)		●15:30-16:30 ヨガヒキナー 岩田		15:40-16:40 ◇×ヨガヒキナー スクリーン				15:45-16:25 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)
															16:15-16:30 ◇×TP:P3 スクリーン(ジョイ)								16:30-17:10 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)
●17:00-18:00 骨盤 南部	16:50-17:50 ◇×上半身初級 スクリーン		●17:00-17:50 ◎ヒラUpper+ 永瀬						●17:00-18:00 下半身初級 永瀬	16:50-17:50 ◇×ニコテ スクリーン			●16:50-17:40 ◎ヒラH&L+ 浅野		16:35-17:15 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)								17:15-17:55 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)
															17:20-17:35 ◇×TP:P2 スクリーン(ジョイ)								17:20-18:10 ◎ヒラB+ 浅野
	18:00-19:00 ◇×エナジー スクリーン														17:40-18:20 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)								●17:50-18:20 ▽BROWA3 大塚
															18:25-18:40 ◇×TP:P3 スクリーン(ジョイ)								18:00-18:40 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)
18:30-19:30 SP 永瀬									●18:30-19:30 ネイチャー 大塚						18:45-19:25 ◎ヒラTotalBody 浅野								18:45-19:25 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)
	19:10-20:10 ◇×開脚 スクリーン		19:00-19:30 ◎ヒラRefBody 南部							19:10-20:10 ◇×美脚 スクリーン					19:30-19:45 ◇×TP:P3 スクリーン(ジョイ)								19:30-20:10 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)
															19:50-20:05 ◇×TP:P1 スクリーン(ジョイ)		19:10-20:10 ◇×ヨガフロー+ スクリーン					●19:10-20:00 ◎ヒラLower+ 永瀬	
20:00-21:00 ◇×ヨガフロー+ スクリーン	20:20-21:20 ◇×ネイチャー スクリーン		●20:30-21:20 ◎ヒラLower+ 永瀬						20:20-21:20 ◇×美尻 スクリーン			●20:30-21:20 ◎ヒラUpper+ 永瀬		20:10-20:50 ◇×TP:MLN4 スクリーン(ジョイ)		20:20-21:20 ◇×サウトA スクリーン						●19:30-20:00 ▽BRO1EDM2 大塚	
														20:55-21:35 ◇×TP:EDM1 スクリーン(ジョイ)								●21:00-21:30 ▽BROWA3 大塚	
																						21:00-21:40 ◇×TP:00s2 スクリーン(ジョイ)	





強度	レッスン名	時間
5	▽BRO3HARD 【ポイナビ】BRO3_HARD (サンドバッグ)	30分
5	▽BRO3HOUSE 【ポイナビ】BRO3_HOUSE (サンドバッグ)	30分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
3(水) 10:30-11:30	1	心身を癒す瞑想	菅原明日美
12(金) 10:30-11:30	3	下腹スッキリヨガ	永瀬ゆきの
13(土) 13:00-14:00	2.5	月に寄り添うヨガ	👑 村上里菜
22(月) 18:30-19:30	3	下腹スッキリヨガ	永瀬ゆきの
25(木) 09:00-10:00	1	心身を癒す瞑想	菅原明日美
28(日) 17:00-18:00	1	心身を癒す瞑想	菅原明日美

【WS:プレミアムワークショップ(追加料金有)】

👑=トップインストラクター

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
13(土) 11:00-12:30	3	【¥3000】Aparigraha ～心を満たすヨガ～	👑 村上里菜
21(日) 13:50-15:20	3	グラウンディングの為に進化した陰ヨガ	菅原明日美

○ ... 常温レッスン	● ... 体験レッスン予約可能	<p><b>【注意事項】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●スケジュール、担当インストラクターは予告なく変更する場合がございますので、予めご了承ください。</li> <li>●レッスンの開始時間を過ぎてしまった場合はご受講いただけません。お時間に余裕をもってお越しください。</li> </ul>	
★ ... マスターレッスン	△ ... アロマ使用レッスン		
◇ ... スタリーヨガ	× ... 予約不要レッスン		
◆ ... 期間キックボクシング	SP ... 特別レッスン		
▽ ... ポイナビ	WS ... プレミアムワークショップ(追加料金あり)		
10分	10分		
レッスン前 10分講座	18:30-19:30 レッスン名 インストラクター名	21:00-22:00 レッスン名 インストラクター名	10分



**LAVA**  
HOT YOGA STUDIO

【PC/スマートフォン】 [www.yoga-lava.com](http://www.yoga-lava.com)

LAVA会員様専用 予約ページ	オンラインストア Lapre	オンラインヨガ UCHIYOGA+	LINE 公式アカウント	Instagram	Twitter
					