☆Ｈａｐｐｙ　ＲＥＮ　Ｙｅａｒ☆　スタジオスケジュール（2013to2014）

12/30(月)

ホット
- ゆらり動15　11:55～12:10　河内　典子　[定員40名]
- 美ライン30　12:30～13:00　中岡　桜　[定員40名]
- ヨガ美禅　緩解30　13:20～13:50　窪田　紗弥子　[定員40]
- ヨガ美禅　癒安30　14:00～14:30　窪田　紗弥子　[定員40名]
- 身美温癒45　16:00～16:45　窪田　紗弥子　[定員40名]

メディテーション
- 蘇りボディ30　11:00～11:30　河内　典子　[定員20名]
- フレックスストレッチ30　14:40～15:10　佐々木　優光　[定員20名]

ワークアウト
- 歌謡舞踊60　11:55～12:55　辻村　芳道　[定員40名]
- エアロ30　14:00～14:30　駒井　慎治　[定員40名]
- U-BOUND45　14:45～15:30　駒井　慎治　[定員40名]

プール
- ﾎﾟｲﾝﾄﾚｯｽﾝ60　11:30～12:30　日馬　梓
- アクア30　13:00～13:30　日馬　梓

12/31(火)

ホット
- 身美温癒45　10:45～11:30　津田　あゆみ　[定員40名]
- 美ラインプラス45　14:00～14:45　窪田　紗弥子　[定員40名]
- ゆらり動15　15:50～16:05　駒井　慎治　[定員40名]

メディテーション
- フレックスストレッチ30　12:00～12:30　窪田　紗弥子　[定員20名]
- 蘇りボディ30　15:10～15:40　泉　理絵　[定員20名]

ワークアウト
- GROUP POWER60　[定員18名]　12:40～13:40　豊田　慎二
- エアロ45　14:15～15:00　駒井　慎治　[定員40名]

プール
- アクア30　13:15～13:45　駒井　慎治

1/1(水)

ホット
- 身美温癒45　12:10～12:55　小椋　莉加　[定員40名]
- ゆらり動スペシャル30　13:50～14:20　清水　麻衣 & 窪田　紗弥子　[定員40名]
- 美ライン30　14:40～15:10　津田　あゆみ　[定員40名]

メディテーション
- 蘇り＆フレックス45　15:30～16:15　豊田　慎二　[定員20名]

ワークアウト
- GROUP POWER60　[定員18名]　11:00～12:00　佐々木　優光
- 歌謡舞踊45　12:50～13:35　辻村　芳道　[定員40名]
- U―BOUND45　14:25～15:15　豊田　慎二　[定員25名]

プール
- ベーシックウォーキング30　12:10～12:40　豊田　慎二

1/2(木)

ホット
- 美ラインプラス45　11:45～12:30　清水　麻衣　[定員40名]
- ヨガ美禅　緩解30　13:20～13:50　豊田　慎二　[定員40]
- ヨガ美禅　癒安30　14:00～14:30　豊田　慎二　[定員40名]
- 身美温癒45　16:10～16:55　小椋　莉加　[定員40名]

メディテーション
- 蘇りボディ30　12:40～13:10　向井　翔太　[定員20名]
- フレックスストレッチ30　14:35～15:05　佐々木　優光　[定員20名]

ワークアウト
- エアロ45　10:45～11:30　駒井　慎治　[定員40名]
- リトモス45　13:15～14:00　駒井　慎治　[定員40名]
- GROUP POWER45　15:15～16:00　西村　直樹　[定員18名]

プール
- ベーシックウォーキング30　12:00～12:30　豊田　慎二