

2024年10月14日(月)祝日プログラム 【レアレア市川】

| | BIG STUDIO | CULTURE STUDIO | AURA STUDIO | 岩盤浴 | |
|-------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------|-------------|-------|
| 9:00 | | | | | 9:00 |
| | | | | 9:15~10:15 | |
| 10:00 | 10:00~10:45 リズムエクササイズ 藤村 亜美 | | 10:00~11:00 ストレッチヨガ chigusa | | 10:00 |
| | | 10:30~11:45 【有料】バレエスクール 菅 望 ※予約不要 | | 10:30~11:30 | |
| 11:00 | 11:00~12:00 HIPHOP 藤村 亜美 | | | | 11:00 |
| | | 12:00~13:00 【有料】ジャズダンス 菅 望 | | 11:45~12:45 | |
| 12:00 | | | | | 12:00 |
| | | | 13:00~13:45 オーラヨガ 塩澤 | 13:00~14:00 | |
| 13:00 | | | | | 13:00 |
| | 14:15~15:00 ステップ初級 竹下 博司 | 14:15~15:15 サーキットスクール 塩澤 | | 14:30~15:30 | |
| 14:00 | | | | | 14:00 |
| | 15:20~16:20 整体ストレッチ 竹下 博司 | | 16:00~16:45 ベーシックヨガ 今川 千恵子 | 15:45~16:45 | |
| 15:00 | | | | | 15:00 |
| | | | | 17:00~18:00 | |
| 16:00 | | | 18:00~19:00 ヨガ 北村 あり | 18:15~19:15 | |
| | | | | | 16:00 |
| 17:00 | | | | | 17:00 |
| | | | | | 18:00 |
| 18:00 | | | | | 18:00 |
| | | | | | 19:00 |
| 19:00 | | | | | 19:00 |
| 営業時間 9:00~20:00 ジムのご利用19:30まで | | | | | |

【ご注意】

- スタジオ・AURAレッスンは全てウェブ予約になります
- 【有料】又は【スクール】は別途お申し込みや予約が必要となります
- レッスン開始後の入場はご遠慮ください
- 無断キャンセルはご遠慮下さい。キャンセルはWEB（開始30分前まで）または、お電話にてお受けいたします。