

# クリスマスイベントプログラム

2019/12/19(Thu)~12/25(Wed)

月日	時間	担当	スタジオ	プログラム名	プログラム内容
12/19 (木)	12:10~13:10	根岸	5F Aスタジオ	RPBブルソン60	プチ仮装、小物OKです！クリスマスカラーもOKです！！ 気軽に楽しみましょう！！
	17:30~18:30	YUKA	6F HOT スタジオ	The ソフト筋トレ	フェイスタオルを2枚ご用意下さい！靴は不要です！！ 自重を使って、身体に優しく筋トレを行います！！
	21:20~22:20	RIE 三浦	B1F Cスタジオ	Group Power60	RIEトレーナーが橋本に帰ってくる！！実は仲の良い？(笑)2人によるパワーで 熱く盛り上がりましょう！！
12/21 (土)	10:00~11:00	中村彩 三浦	B1F Cスタジオ	Group Power60	1月よりレギュラー復帰の中村トレーナー！復活祭！！ チョー新鮮なパワーをお楽しみ下さい(^)/
	15:45~16:15	中村 佐藤	B1F Cスタジオ	カーディオキックボクシ ング30	Wアヤカによる、暗闇バーリナイ\(^o^)/ Wアヤカで暗闇を盛り上げる！！
	15:50~16:35	納多	5F Aスタジオ	ZUMBA(45min)	仮装OKです！2019年のクリスマス！！ZUMBAなしでは年を越せ ない！皆様のご参加お待ちしております！！ 仮装なしでもOKです！お気軽にご参加お待ちしております(^)
12/22 (日)	12:20~13:20	南山 三浦 山本	B1F Cスタジオ	Group Power60	激熱第1弾！なんと南山トレーナーが橋本に登場！！ 2019年のクリスマス！一番の盛り上がりは橋本で(^v^)
	13:30~14:30	Gayle	5F Aスタジオ	フラダンス60	クリスマスソングを行います！持っている方は、赤・緑などのクリ スマスをイメージしたパウスカートでお越し下さい(^)なくてもご参 加いただけます！花・レイの貸出ございます。
	13:40~14:40	RIE 山本	B1F Cスタジオ	Group Fight60	激熱第2弾！！FightにはRIEトレーナーが来てくれます！ 初のジョイントが実現！！もしかすると最初で最後のジョイントか も？！貴重なこの機会にぜひご参加下さい。
	15:00~16:00	南山 中村彩	B1F Cスタジオ	Group Blast60	激熱第3弾！！素晴らしいレッスンをお楽しみ下さい(^)/ この日のMOSSA3連チャンやっばり締めも南山トレーナーで決ま り！最後まで盛り上がり切りましょう！！
	15:00~16:00	荒金	5F Aスタジオ	リトモス60	仮装OKです！そして、バックナンバーで2019年のクリスマスを盛 り上げます！！皆様のご参加をお待ちしております♪
	16:20~17:20	荒金	B1F Cスタジオ	エアロ60	仮装OKです！2019年のクリスマスと一緒に楽しみましょう(^)/
17:35~18:35	吉澤 前島 山本	B1F Cスタジオ	UBOUND60 【新曲発表会】	UBOUND、ついに新曲お披露目！3人のトレーナーともに パワフルに！！新曲をお楽しみください！！	
12/23 (月)	13:45~14:45	YUKA	6F HOT スタジオ	The ソフト筋トレ	フェイスタオルを1枚ご用意下さい！靴は不要です！！ 自重を使って、身体に優しく筋トレを行います！！
	14:40~15:40	SAYO	5F Aスタジオ	リトモス60	仮装OKです！バックナンバーで2109年クリスマスを盛り上げま す！！年内最後に一緒に踊りましょう！！
	20:05~21:05	YUKA	6F HOT スタジオ	The ソフト筋トレ	フェイスタオルを1枚ご用意下さい！靴は不要です！！ 自重を使って、身体に優しく筋トレを行います！！
	20:20~20:50	渋谷 山本	B1F Cスタジオ	UBOUND30	ここから始まるマンデーナイト！ 3本立てレッスンをお楽しみ下さい！！
	21:05~21:35	渋谷 山本	B1F Cスタジオ	Group Power30	いつも山本に対してあたりが強い渋谷トレーナーと仲が良いと 個人的には思っている山本によるGP30！短時間で大暴れ！！
21:45~22:15	佐藤 渋谷 山本	B1F Cスタジオ	Group Fight30	2本レッスンを実施後、体力は残っているのか？！渋谷・山本トレ ナー(笑)そして、フレッシュな佐藤トレーナーによるあつという間な 30分間をお楽しみ下さい(^)	
12/24 (火)	11:10~12:10	吉田	5F Aスタジオ	フラダンス60	仮装OKです！ハワイのクリスマス『メレカリキマカ』を 皆さんで楽しみましょう！！
	13:40~14:25	桐生 中村未	B1F Cスタジオ	Group Power45	レディーストレーナー2名による、美しくパワフルなパワーをお楽 しみ下さい！！
	19:50~21:00 ※時間変更あり	岩田 臥雲 三嶋	5F Aスタジオ	リトモス60	新曲発表会！ついに解禁！！ <u>事前にお申し込みが必要になります</u> の で、お間違えの無いようお願い致します！！
	21:15~22:15 ※時間変更あり	小島 ※代行	5F Aスタジオ	ヒップホップ60 ⇒ジャズダンス60	<u>時間の変更、レッスン変更、担当者変更</u> がございますのでお間違え のないようお願い致します！！
12/25 (水)	12:25~13:25	mikiko	5F Aスタジオ	RPBコントロール60	プチ仮装、小物OKです！クリスマスカラーもOKです！！ 気軽に楽しみましょう！！
	14:45~15:30	吉澤 中村彩	B1F Cスタジオ	Group Fight45	パワフルなレディース2名による、パワフルなレッスンをお楽しみ下 さい♪
	20:05~21:05	YUKA	6F HOT スタジオ	The ソフト筋トレ	フェイスタオルを1枚ご用意下さい！靴は不要です！！ 自重を使って、身体に優しく筋トレを行います！！

追加クラスです！

●・・・仮装OKのレッスン ●・・・時間・内容変更アリ

イベント期間 12/19(木)~12/25(水)

2019年！今年最後のBIGイベントWEEK！！

仮装やクリスマスならではのムードでレッスンをぜひお楽しみ下さい♪  
もちろん、仮装はしなくてもOKです！お気軽にご参加下さい(^)/