

3月21日(土) 3月22日(日) 特別タイムスケジュール

| 3月21日 土 SATURDAY | |
|---|---|
| <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> 土曜日 営業時間 9:00~21:00 電話・7point受付 10:00~19:00 </div> | |
| 9 | |
| 10 | 10:00~10:15 【映像】カラダ・うごく |
| 11 | 10:30~11:00 Group Centergy 松本亜由美 |
| 12 | 11:15~11:45 ZUMBA 松本亜由美 |
| 13 | 12:00~12:45 EssentialPilates 吉川寿子 |
| 14 | 13:00~13:45 GroupFight 上野彰太 |
| 15 | 14:25~15:10 ZUMBA 小原奈々 |
| 16 | 15:30~16:15 温ヨガ 小原奈々 |
| 17 | <div style="background-color: #4F7942; color: white; padding: 5px;"> 💰 16:45~17:45 【有料イベント】Group Centergy60 別途告知掲示物をご覧ください Yuya & Ayaka(川端) </div> |
| 18 | |
| 19 | <div style="background-color: #C00000; color: white; padding: 5px;"> 💰 18:15~19:15 【有料イベント】Group Power60 別途告知掲示物をご覧ください Yuya & Ryu(龍) </div> |
| 20 | 19:45~20:30 GroupFight 龍侑也 |
| 21 | |
| 22 | |

| 3月22日 日 SUNDAY | |
|--|--|
| <div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> 日曜日 営業時間 9:00~20:00 電話・7point受付 10:00~18:00 </div> | |
| 9 | |
| 10 | 10:00~10:30 【映像】ボディメイクヨガ 予約不要 |
| 11 | <div style="background-color: #FF8C00; color: white; padding: 5px;"> 💰 10:45~11:45 【有料イベント】Group Blast60 別途告知掲示物をご覧ください Yuya & Ai(高橋) </div> |
| 12 | |
| 13 | <div style="background-color: #76C73A; color: white; padding: 5px;"> 💰 12:15~13:15 【有料イベント】Group Fight60 別途告知掲示物をご覧ください Yuya & Ai(高橋) & Ryu(龍) </div> |
| 14 | 13:45~14:15 UBOUND 龍侑也 |
| 15 | 14:30~15:15 GroupFight 赤星要 |
| 16 | 15:30~16:00 GroupBlast 赤星要 |
| 17 | 16:15~17:00 EssentialPilates 高橋愛 |
| 18 | 17:15~17:45 【映像】GroupPower 予約不要 |
| 19 | 18:15~18:45 【映像】GroupGroove 予約不要 |
| 20 | |
| 21 | |
| 22 | |

... 枠内が黄色のプログラムは初心者の方でも安心してご参加いただけます。

... 有料プログラム (別途館内掲示・告知をご覧ください)