


サンガスタジアム by KYOCERA VR/フィットネス (4F)

4月1日(水)～4月19日(日) レッスンスケジュール 営業時間 9:30～21:00 ※月曜定休日

申込開始	火		水		木		金		土		日	
	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ
4/1(水) ～5(日)			1日		2日		3日		4日		5日	
			11:00～11:45 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制		13:30～14:15 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制		13:30～14:30 健康教室 いきいき体操 ※事前申込制		14:00～14:45 THE TRIP (ライト) 松井		14:50～15:20 マシン利用	
申込開始 3/23(月) 0:00～	WEB申込可能 (健康教室以外) 電話申込 0771-25-3331 ※レッスン3時間前まで		18:20～18:50 マシン利用									
			19:00～19:45 スタジオ45 からだスッキリ ストレッチ 伊庭		19:30～20:15 スタジオ45 ボディシェイプ 松井		19:45～20:30 THE TRIP 松井					
			20:00～20:45 スタジオ45 ステップ(初級) 伊庭		20:20～20:50 マシン利用		20:30～21:00 マシン利用					
4/7(水) ～12(日)	7日		8日		9日		10日		11日		12日	
	10:30～11:15 健康教室 姿勢改善 ※事前申込制		11:00～11:45 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制		13:30～14:15 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制		13:30～14:30 健康教室 いきいき体操 ※事前申込制					
申込開始 3/30(月) 0:00～		18:20～18:50 マシン利用		18:20～18:50 マシン利用								
	19:00～19:45 スタジオ45 VRヨガ 伊庭		19:00～19:45 スタジオ45 からだスッキリ ストレッチ 伊庭		19:30～20:15 スタジオ45 ボディシェイプ 松井		19:45～20:30 THE TRIP 松井					
	20:00～20:45 スタジオ45 エアロ(初級) 伊庭		20:00～20:45 スタジオ45 ステップ(初級) 伊庭		20:20～20:50 マシン利用		20:30～21:00 マシン利用					
									駐車場全面利用不可			
4/14(水) ～19(日)	14日		15日		16日		17日		18日		19日	
	10:30～11:15 健康教室 姿勢改善 ※事前申込制		11:00～11:45 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制		13:30～14:15 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制		13:30～14:30 健康教室 いきいき体操 ※事前申込制				14:00～14:45 THE TRIP (ライト) 松井	
申込開始 4/6(月) 0:00～		18:20～18:50 マシン利用		18:20～18:50 マシン利用							14:50～15:20 マシン利用	
	19:00～19:45 スタジオ45 VRヨガ 伊庭		19:00～19:45 スタジオ45 からだスッキリ ストレッチ 伊庭		19:30～20:15 スタジオ45 ボディシェイプ 松井		19:45～20:30 THE TRIP 松井					
	20:00～20:45 スタジオ45 エアロ(初級) 伊庭		20:00～20:45 スタジオ45 ステップ(初級) 伊庭		20:20～20:50 マシン利用		20:30～21:00 マシン利用					