

2019.8～

女性専用 ホットスタジオ

solalier スケジュール

※状況により変更となる場合がございます

設定温度



32度前後



35度前後



38度前後

	月	火	水	金	土	日
10:00						
11:00	エアリアルフィット 10:30～11:15	Solalier yoga リフレッシュ 10:30～11:15	グロッシーワーク 美脚デザイン 10:30～11:15	エアリアルフィット 10:30～11:15	グロッシーワーク 美脚デザイン 10:30～11:15	エアリアルフィット 10:30～11:15
12:00	Solalier yoga リフレッシュ 11:45～12:30	Solalier yoga パワー 11:45～12:30	エアリアルフィット 11:45～12:30	Solalier yoga リフレッシュ 11:45～12:30	Solalier yoga フロー 11:45～12:30	Solalier yoga リフレッシュ 11:45～12:30
13:00						
14:00	Solalier yoga リフレッシュ 14:00～14:45	エアリアルフィット 14:00～14:45	Solalier yoga シェイプ 14:00～14:45	エアリアルフィット 14:00～14:45	Solalier yoga 交替わり 14:00～14:45	グロッシーワーク 美脚デザイン 14:00～14:45
15:00						
16:00						
17:00					エアリアルフィット	エアリアルフィット
18:00					16:00～16:45	16:00～16:45
19:00						
20:00	エアリアルフィット 19:15～20:00	グロッシーワーク 美脚デザイン 19:15～20:00	グロッシーワーク 美脚デザイン 19:15～20:00	Solalier yoga フロー 19:15～20:00		
21:00	Solalier yoga パワー 20:30～	Solalier yoga リフレッシュ 20:30～21:15	エアリアルフィット 20:30～21:15	Solalier yoga リフレッシュ 20:30～21:15		

※担当、内容に関しては変更になる場合がございます