

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
5:00	5:00 RADICAL X55 5:30 【映像】	5:00 MEGADANZ 5:30 【映像】	5:00 OXIGENO 5:30 【映像】	5:00 RADICAL STEP 5:30 【映像】	5:00 FIGHT DO 5:30 【映像】	5:00 RADICAL AERO 5:30 【映像】	5:00 UBOUND 5:30 【映像】
	6:00 RADICAL AERO 6:30 【映像】	6:00 OXIGENO 6:30 【映像】	6:00 FIGHT DO 6:30 【映像】	6:00 OXIGENO 6:30 【映像】	6:00 MEGADANZ 6:30 【映像】	6:00 RADICAL YOGA 6:30 【映像】	6:00 OXIGENO 6:30 【映像】
	7:00 RADICAL YOGA 7:30 【映像】	7:00 FIGHT DO 7:30 【映像】	7:00 ELEVEN 7:30 【映像】	7:00 MEGADANZ 7:30 【映像】	7:00 RADICAL ONE 7:30 【映像】	7:00 HYPER C 7:30 【映像】	7:00 FIGHT DO 7:30 【映像】
	8:00 RADICAL STEP 8:30 【映像】	8:00 RADICAL STEP 8:30 【映像】	8:00 RADICAL AERO 8:30 【映像】	8:00 UBOUND 8:30 【映像】	8:00 RADICAL YOGA 8:30 【映像】	8:00 MEGADANZ 8:30 【映像】	8:00 ELEVEN 8:30 【映像】
	9:00 FIGHT DO 9:30 【映像】	9:00 RADICAL ONE 9:30 【映像】	9:00 MEGADANZ 9:30 【映像】	9:00 RADICAL ONE 9:30 【映像】	9:00 OXIGENO 9:30 【映像】	9:00 UBOUND 9:30 【映像】	9:00 UBOUND 9:30 【映像】
	10:00 RADICAL YOGA 10:30 【映像】	10:00 RADICAL YOGA 10:30 【映像】	10:00 FIGHT DO 10:30 【映像】	10:00 RADICAL STEP 10:30 【映像】	10:00 FIGHT DO 10:30 【映像】	10:00 ZUMBA (45min) 10:45 四宮	10:00 MEGADANZ 10:30 【映像】
11:00	11:00 ZUMBA (45min) 11:45 真島 久美	11:00 ピラティス45 11:45 佐藤 嘉美	11:00 RADICAL ONE 11:30 【映像】	11:00 ヨガ45 11:45 ユミ	10:45 ZUMBA (30min) 11:15 佐々木 麻衣	11:00 ヨガ45 11:45 ASAHI	11:00 UBOUND30 11:30 梅村
12:00	12:00 Group Centergy45 12:45 桑田	12:00 ボディメイク ヨガ45 12:45 桑田	11:40 UBOUND 12:10 【映像】	12:00 ZUMBA (30min) 12:30 四宮	11:30 ヨガ45 12:15 佐々木 麻衣	12:00 Group Fight45 12:45 三木	12:00 Group Fight45 12:45 梅村
13:00	13:00 GroupFight30 13:30 高田	13:15 青竹ストレッチ30 13:45 森川	12:20 HYPER C 12:50 【映像】	13:00 UBOUND30 13:30 森川	12:30 バレトン ソールンセンス30 13:00 石原 恵	13:00 ピラティス45 13:45 MAMI	13:00 ヨガ45 13:45 ASAHI
14:00	14:00 ピラティス45 14:45 KEINA	14:00 adidasGYM&RUN30 14:30 森川	13:40 ベーシックエアロ 14:10 【映像】	14:00 Group Centergy45 14:45 倉又 由紀子	13:15 ボディメイク ヨガ45 14:00 森川	14:00 Group Centergy45 14:45 桑田	14:00 ピラティス45 14:45 佐藤 嘉美
15:00	15:00 ヨガ45 15:45 KEINA	14:45 Group Centergy30 15:15 仲田	14:20 FIGHT DO 14:50 【映像】	15:00 ピラティス30 15:30 倉又 由紀子	14:15 adidasGYM&RUN30 14:45 森川	15:00 ヨガ45 15:45 林 浩子	15:00 Group Fight45 15:45 高田
16:00			15:00 RADICAL X55 15:30 【映像】		15:00 ZUMBA (45min) 15:45 四宮		
17:00	16:30 FIGHT DO 17:00 【映像】	16:30 UBOUND 17:00 【映像】	15:40 OXIGENO 16:10 【映像】			16:00 バレトン ソールンセンス30 16:30 林 浩子	16:00 Group Centergy30 16:30 三枝
	17:15 MEGADANZ 17:45 【映像】	17:30 MEGADANZ 18:00 【映像】	16:20 RADICAL AERO 16:50 【映像】			16:45 GroupFight30 17:15 梅村	16:45 骨格リセットエクササイズ 17:15 【映像】
18:00	18:00 OXIGENO 18:30 【映像】		17:00 MEGADANZ 17:30 【映像】	17:00 adidasGYM&RUN 17:30 【映像】	17:00 RADICAL ONE 17:30 【映像】		17:40 UBOUND 18:10 【映像】
		18:30 ヨガ45 18:15 優生美	17:40 FIGHT DO 18:10 【映像】	17:45 RADICAL YOGA 18:15 【映像】	17:45 RADICAL STEP 18:15 【映像】	17:40 FIGHT DO 18:10 【映像】	17:40 UBOUND 18:10 【映像】
19:00	19:00 UBOUND45 19:45 谷内 里佳	18:30 ヨガ30 20:00 優生美	18:20 RADICAL X55 18:50 【映像】	18:45 ZUMBA (45min) 19:30 真島 久美	19:00 ヨガ45 19:45 林 浩子	18:20 RADICAL X55 18:50 【映像】	18:20 RADICAL ONE 18:50 【映像】
		19:30 ヨガ30 20:00 優生美	19:00 OXIGENO 19:30 【映像】	19:45 Group Fight30 20:15 トレーナー	20:00 UBOUND45 20:45 森川	19:00 MEGADANZ 19:30 【映像】	19:00 RADICAL YOGA 19:30 【映像】
20:00	20:00 ヨガ45 20:45 優生美	20:15 UBOUND30 20:45 森川	19:40 RADICAL ONE 20:10 【映像】	20:30 ボディメイク ヨガ45 21:15 森川		19:40 UBOUND 20:10 【映像】	19:40 RADICAL AERO 20:10 【映像】
			20:20 FIGHT DO 20:50 【映像】		20:20 UBOUND45 20:45 森川	20:20 adidasGYM&RUN 20:50 【映像】	20:20 RADICAL X55 20:50 【映像】
21:00	21:00 ヨガ30 21:30 田部 百合恵	21:00 ボディメイクヨガ30 21:30 森川	20:20 FIGHT DO 20:50 【映像】		21:00 adidasGYM&RUN30 21:30 森川	21:00 FIGHT DO 21:30 【映像】	21:00 OXIGENO 21:30 【映像】
	21:45 RADICAL ONE 22:15 【映像】	21:45 FIGHT DO 22:15 【映像】	21:00 adidasGYM&RUN 21:30 【映像】	21:45 FIGHT DO 22:15 【映像】	21:45 MEGADANZ 22:15 【映像】	21:45 ELEVEN 22:15 【映像】	21:45 UBOUND 22:15 【映像】
	22:30 OXIGENO 23:00 【映像】	22:30 UBOUND 23:00 【映像】	21:45 ELEVEN 22:15 【映像】	22:30 MEGADANZ 23:00 【映像】	22:30 FIGHT DO 23:00 【映像】	22:30 RADICAL AERO 23:00 【映像】	22:30 RADICAL AERO 23:00 【映像】
	23:15 FIGHT DO 23:45 【映像】	23:15 HYPER C 23:45 【映像】	22:30 RADICAL AERO 23:00 【映像】	23:15 RADICAL AERO 23:45 【映像】	23:15 OXIGENO 23:45 【映像】	23:15 RADICAL YOGA 23:45 【映像】	23:15 FIGHT DO 23:45 【映像】
	24:00 UBOUND 24:30 【映像】	24:00 RADICAL AERO 24:30 【映像】	23:15 UBOUND 23:45 【映像】	24:00 RADICAL YOGA 24:30 【映像】	24:00 FIGHT DO 24:30 【映像】	24:00 MEGADANZ 24:30 【映像】	24:00 RADICAL YOGA 24:30 【映像】
26:00	25:00 RADICAL YOGA 25:30 【映像】	25:00 MEGADANZ 25:30 【映像】	24:00 OXIGENO 24:30 【映像】	25:00 OXIGENO 25:30 【映像】	25:00 UBOUND 25:30 【映像】	25:00 OXIGENO 25:30 【映像】	25:00 RADICAL AERO 25:30 【映像】

※映像プログラムは途中入場・退場、自由にすることができます。
 ※都合により、担当者変更およびプログラムの変更がある場合がございます。変更がある場合はあらためてご案内いたします。
 ※火曜日21：00～木曜日11：00はセルフ営業時間となります。
 ※トランポリンを使用する為、UBOUNDの定員は【15名】です。その他プログラムの定員は【20名】です。
 ※詳しい定員についてはスタジオWEB予約をご覧ください。
 ※【キャンセル】は、参加できない事が判明した時点で早めにお願ひします。