



天皇誕生日プログラム

2月23日(金・祝)



スタジオA	スタジオB	プール
10:20~11:20 LEAP DANCE60 NOB TPD	10:20~11:05 フラ45 ユキコ プメハナ タダ	10:50~11:20 アクアウォーキング30 網谷 沙鈴
11:30~12:30 LEAP FIGHT60 NOB TPD	11:35~12:20 ZUMBA45 根本 真希	
12:50~13:50 リラックスヨガ60 かなよ	12:45~13:30 パレトン45 根本 真希	12:45~13:30 LEAP FIGHT AQ45 NOB TPD
14:10~14:55 BODY PUMP45 山川 愛	14:05~14:50 UBOUND45 坂田 健一郎	
15:15~15:45 LesMills CORE30 武田 直之	15:10~15:40 ストレッチ30 坂田 健一郎	
16:00~16:45 ピラティス45 武田 直之	16:05~16:35 TOP RIDE30 若槻 聖也	
17:00~18:00 リフレッシュフローヨガ60 隆広	17:00~17:45 リトモス45 YUUKA	

LEAPプログラム3連

2024年LEAP☆STAR初の特別プログラム！今回も大人気のLEAP DANCEがやってくる！最後のLEAP FIGHTアクアまで今回も贅沢な1日をお楽しみください♪究極のプログラムまもなく開戦！！



リフレッシュフローヨガ

レギュラーにはないリフレッシュフローヨガ！そしてついに今回はなんと第3弾かつ60分クラス！！祝日のみ実施なので是非受けられてみてください♪担当はイケメン隆広IRです☆皆様のご参加をお待ちしております(^o^)/



B-PIRATIS(ビーピラティス)☆

パーソナルとグルーブレッスンも好評のB-PIRATIS☆NHKでも取り上げられた話題のピラティスエクササイズで姿勢を改善！ご予約お待ちしております♪

