

# ピクシースポーツクラブ スタジオ特別プログラム ※4月20日(火)～5月11日(火)

火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
 10:20～10:50 リラクゼーションストレッチ 山田	 10:30～11:10 歪み改善肩腰すっきり 福本	 10:15～11:00 ピラティス YUKARI	 10:30～11:15 健康ヨーガ 河村	10:30～11:10 エアロビクス初中級 田中	10:45～11:45 HIPHOP
 11:15～11:55 エアロ初級 木村	 11:30～12:10 スタートエアロ 福本	11:30～12:10 ステップ初中級 田中	11:30～12:10 エアロ中級 TOMOKO	 11:30～12:00 骨盤体操 田中	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     サークルレッスン(有料)                      マスター会員、家族会員の                      方は無料で参加できます。                 </div>
 12:15～13:00 ピラティス YUKARI		 12:30～13:00 ファンクショナルストレッチ 田中	12:30～13:10 コンディショニングトレーニング TOMOKO		
13:15～13:55 FitBox YUKARI	13:00～13:40 エアロビクス中級 伊藤				13:30～14:15 第1・3・5週目 ヨガ 早川
	 14:15～15:00 ピラティス 早川	16:25～17:25 ダンススクール	17:30～18:30 ダンススクール	15:10～17:20 ダンススクール	日曜日は第1・3・5週目と 第2・4週目はレッスン、担当が 変更になります。 第2・4週目はピラティスのみと させていただきます。
17:30～20:00 ダンススクール	16:25～20:00 ダンススクール				
		19:00～19:40 エアロ中級 伊藤	19:00～19:40 ZUMBA 森		営業時間 平日 10:00～20:00 土曜・祝日 10:00～20:00 日曜 10:00～16:00
まん延防止等重点措置に基づき、埼玉県からの協力要請に伴い、 期間中の営業時間は <b>20時閉館</b> となります。					

4月29日(木)～5月5日(水)はGW特別プログラムになります。後日、お知らせいたします。