

ベストスタイル海浜幕張店 2月24日（月）スケジュール

月		
アクティブ	暗闇	ホット
9:30 9:45 10:00 10:15 10:30 10:45 11:00 11:15 11:30 11:45 12:00 12:15 12:30 12:45 13:00 13:15 13:30 13:45 14:00 14:15 14:30 14:45 15:00 15:15 15:30 15:45 16:00 16:15 16:30 16:45	<div style="background-color: #f080f0; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">Event Lesson</div> <div style="background-color: yellow; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">10:00-11:00 姿勢改善&美しい歩き方 岩下 朋美</div> <div style="background-color: #cccccc; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">10:15-11:00 SH'BAM VR</div> <div style="background-color: #90ee90; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">10:00-11:00 リラックス フローヨガ フクダ ハナミ</div> <div style="background-color: #f080f0; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">Event Lesson</div> <div style="background-color: yellow; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">11:20-12:20 ゆらぎストレッチ 岩下 朋美</div> <div style="background-color: #cccccc; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">11:15-12:00 BODYATTACK VR</div> <div style="background-color: #90ee90; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">11:15-12:00 ミュージックヨガ フクダ ハナミ</div> <div style="background-color: #f080f0; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">Event Lesson</div> <div style="background-color: orange; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">12:40-13:10 UBOUND 葵</div> <div style="background-color: black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">12:30-13:15 CYCLE×MUSIC フクダ ハナミ</div> <div style="background-color: #90ee90; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">12:20-13:20 デトックス ヨガ TORI</div> <div style="background-color: green; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">13:30-14:15 BODYCOMBAT 山田 龍王</div> <div style="background-color: #cccccc; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">13:35-14:05 SPRINT VR</div> <div style="background-color: #90ee90; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">13:35-14:20 リラックスヨガ TORI</div> <div style="background-color: purple; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">14:30-15:15 BODYJAM 山田 龍王</div> <div style="background-color: yellow; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">14:30-15:30 からだ コンディショニング 山田信子</div> <div style="background-color: #ffff00; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">14:40-15:40 BODYBALANCE 秋山美幸</div> <div style="background-color: #f080f0; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">Event Lesson</div> <div style="background-color: orange; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">15:45-16:30 エアロ初級 山田信子</div> <div style="background-color: #cccccc; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">15:45-16:30 BODYATTACK 葵</div> <div style="background-color: pink; padding: 5px;">16:00-17:00 ホットスタジオ 解放タイム ※白バンド ピンクバンド のみ利用可</div>	9:30 9:45 10:00 10:15 10:30 10:45 11:00 11:15 11:30 11:45 12:00 12:15 12:30 12:45 13:00 13:15 13:30 13:45 14:00 14:15 14:30 14:45 15:00 15:15 15:30 15:45 16:00 16:15 16:30 16:45