MOSSA新曲発表週間スケジュール5月28日(土)～6月3日(金)

28日(土)

Aスタジオ
- 11:40～12:30 スタートエアロ 美谷島寛子

Bスタジオ
- 10:15～11:15 ★新曲発表会★ GROUP ACTIVE 宮澤 定員30名
- 11:30～12:35 ★新曲発表会★ GROUP CENTERGY 池内真樹
- 12:45～テック
- 12:55～13:55 ★新曲発表会★ GROUP groove BIYA
- 14:10～14:40 ★新曲発表会★ GROUP CORE Masa
- 14:55～テック
- 15:10～16:10 ★新曲発表会★ GROUP BLAST KOH
- 16:25～テック
- 16:35～17:35 ★新曲発表会★ GROUP fight 篠原文香
- 17:50～18:50 ★新曲発表会★ GROUP POWER 60 定員30名 KOH

定員20名

Cスタジオ
- 15:00～16:00 ★新曲発表会★ GROUP RIDE 定員10名 柳澤慧

プール
- 17:30～18:30 スペシャル
- 18:10～19:10 ホットヨガ inヒーリングストーン 有料プログラム 篠原文香
- 14:30～15:30 キッズ
- 15:30～16:30 キッズ
- 16:30～17:30 ジュニア
- 17:30～19:45 選手コース

20:00 CLOSE

29日(日)

Aスタジオ
- 14:15～15:15 BAILA BAILA60 村山ふみ
- 15:25～16:25 ZUMBA fitness 宮林佳世
- 16:40～17:40 GROUP POWER 60 定員20名 KOH

Bスタジオ

Cスタジオ

プール
- 15:30～17:45 選手コース

18:00 CLOSE

※プログラム、インストラクターは予告なく変更する場合がございます、予めご了承ください。

30日(月)

Aスタジオ
- 10:15～11:15 ★新曲発表会★ GROUP ACTIVE 篠原文香 定員20名
- 11:25～11:55 ひっこめ!スッキリ!スラリ!! 篠原
- 12:10～12:55 ★新曲発表会★ GROUP fight 篠原
- 13:10～13:40 ゆるゆるほぐし体操 篠原
- 13:55～14:55 楊名時気功太極拳 上村千代子
- 18:45～19:30 ビューティーヨガ45 篠原文香
- 19:40～20:30 楽しくHIP HOP EIKO
- 20:50～21:40 スタートエアロ 美谷島寛子

Bスタジオ
- 10:10～11:00 朝ヨガ50 宮下知子
- 11:10～12:00 スタートエアロ 中村彰子
- 12:10～13:00 ラテンエアロ 宮林佳世
- 13:10～14:30 ★新曲発表会★ GROUP POWER KOH 定員30名
- 17:45～18:45 キッズスクール DANCE!dance!DANCE! EIKO
- 19:00～19:30 ★新曲発表会★ GROUP CORE Michy
- 19:45～20:45 ★新曲発表会★ GROUP CENTERGY 篠原文香
- 21:10～テック
- 21:20～22:20 ★新曲発表会★ GROUP fight 篠原文香

定員20名

Cスタジオ
- 13:10～13:50 ★新曲発表会★ GROUP R30 柳澤
- 16:15～16:45 GROUP R30 柳澤
- 19:40～20:50 ★新曲発表会★ GROUP RIDE 三上駿

プール
- 12:05～12:35 はじめてスイム石井
- 12:40～13:10 平泳ぎ初・中級 石井
- 13:15～13:45 個人メドレー 石井
- 16:30～17:30 キッズ
- 17:30～18:30 ジュニア
- 18:00～20:30 選手コース

23:00 CLOSE