2026.11.23(月)
レッスンスケジュール
営業時間　9:00～19:00
4時から会員は13:30よりご利用いただけます

３階スタジオ

10:30~11:10	骨盤調整ストレッチ	みきこIR
11:25~11:55	らくらくエアロ	みさとIR
12:15~12:55	ストレッチヨガ	SATOMI IR
13:10~13:50	バレエ＆ピラティス	岡本IR
14:05~14:45	ふぁんトレ	森IR
15:00~15:40	ピラティス	大川IR
15:55~16:45	ZUMBA	みさとIR
17:00~17:50	筋コンリズム	みさとIR

祝日の営業時間変更に伴い、上記スケジュールにて開催いたします。

メディカルフィットネス フィオーレ 疾病予防のための有酸素運動施設
健康増進施設 指定運動療法施設（厚生労働大臣認定）

2026.11.23(月)
レッスンスケジュール
営業時間　9:00～19:00
4時から会員は13:30よりご利用いただけます

１階スタジオ

10:30~11:10	姿勢改善ヨガ	坂元(紀)IR
11:25~12:05	ストレッチヨガ	SATOMI IR
14:00~14:40	やさしいストレッチ	竹内(真)IR
16:00~16:40	リラックスヨガ	坂元(紀)IR

プール

10:40~11:10	アクアビクス	みさとIR
11:30~12:10	クロール	森IR
13:15~13:45	アクアビクス	中條IR

祝日の営業時間変更に伴い、上記スケジュールにて開催いたします。

メディカルフィットネス フィオーレ 疾病予防のための有酸素運動施設
健康増進施設 指定運動療法施設（厚生労働大臣認定）