

2024年 6月 ~

ラララスタジオ タイムスケジュール

| | 月曜日 | 火曜日 | 水 | 木曜日 | 金曜日 |
|-------|-----------------------------|------------------------|-----|-------------------------|----------------------------|
| 9:20 | 施設入館は、【9:00】 スタジオ入室は、【9:15】 | | | | |
| | ラララサーキット 9:20-10:20 | ラララサーキット 9:20-10:20 | 休館日 | ラララサーキット 9:20-10:20 | 姿勢改善ストレッチ 9:20-10:20 |
| 10:40 | スタジオ入室は、【5分前（10:35）】 | | | | |
| | お楽しみプログラム 10:40-11:40 | | 休館日 | ラララフィット 10:40-11:40 | ラララサーキットライト 10:40-11:40 |
| 13:00 | スタジオ入室は、【5分前（12:55）】 | | | | |
| | ラララサーキット 13:00-14:00 | リズム体操 13:00-14:00 | 休館日 | ラララサーキット 13:00-14:00 | ラララサーキット 13:00-14:00 |

【入館時間】 Bスタジオの入室は各教室開始の5分前からとなります。 ※施設会館時間は、9:00となります。

【入館・退館】 フロントにて、入退館時には専用端末にQRコードをかざしてください。

【持ち物】 室内用シューズ、動きやすい服装、水分補給できるもの、タオル、入退館QRコード

