

祝日レッスンスケジュール

2018年12月30日(特別営業)

日曜日

10:00 ~ 21:00

スタジオ	プール
気功ニューロン体操【30】 10:30~11:15 修安	水中歩行【35】 10:30~11:00 松本
背骨コンディショニング【30】 11:30~12:30 修安	アクア45【35】 11:10~11:55 松本
ボディメイク【30】 12:40~13:25 松本	バタフライ【20】 12:10~12:40 北澤
たのしいエアロ 13:35~14:20 田中	ワンポイント【20】 13:30~14:00 荻野
マイアミダンス~back number~ 14:35~15:25 伊東	アクア【35】 14:15~14:45 大岸
ヨガ【30】 15:35~16:20 大岸	泳ぎ納め【20】 15:00~15:45 北澤
フリースタイルダンス 16:30~17:30 宇佐美	 <p>良いお年を お迎え下さい</p>
筋トレ納め【30】 17:45~18:30 北澤	

ジム・プールのご利用は20:30迄。閉館は21:00です。

皆様のご参加をお待ちしております。