



祝日レッスンスケジュール

2019年10月22日(火曜日)

即位礼正殿の儀



営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
骨盤ストレッチ【30】 10:20~11:05 増谷	水中歩行【35】 10:25~10:55 叶夢
マナフラフットセラピー【30】 11:20~12:05 増谷	アクア【35】 11:05~11:35 叶夢
骨盤ゆらぎ体操【30】 12:15~13:05 石本	ワンポイント【20】 11:50~12:35 太田
たのしいエアロ 13:15~14:00 森	
ヨガ【30】 14:15~15:15 修安	アクア【35】 14:15~14:45 森
マイアミダンス ~バックナンバー~ 15:30~16:30 伊東	しっかりクロール【20】 15:00~15:30 太田
	

ジム・プールのご利用は20:30までとなります。
皆様のご参加をお待ちしております。