

祝日レッスンスケジュール

2021年7月23日(金曜日)

スポーツの日

営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
リラックスヨガ[14] 10:20~11:05 マミ	はじめてクロール[14] 10:30~11:00 叶夢
にこにこ健康運動[14] 11:20~11:50 若村	ウォーク&ジョグ[28] 11:10~11:40 叶夢
ウォーク&ストレッチ[14] 12:05~12:35 大岸	初級教室[8]<<有料>> 11:50~12:35 叶夢
ヨガ[14] 12:55~13:40 大岸	
	初歩のワンポイント[14] 13:30~14:00 荻野
やさしいボール[14] 13:55~14:40 岩本	アクア[28] 14:15~14:45 大岸
マナフラフットセラピー[14] 14:55~15:55 鍋嶋	

ジム・プールのご利用は20:30まで
皆様のご参加をお待ちしております。

