



祝日レッスンスケジュール

2021年11月23日(火曜日)

勤労感謝の日



営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
骨盤ストレッチ【14】 10:20~11:05 増谷	水中歩行【28】 10:25~10:55 叶夢
マナフラフットセラピー【14】 11:20~12:05 増谷	アクア【28】 11:05~11:35 叶夢
骨盤ゆらぎ体操【14】 12:20~13:10 石本	平泳ぎ【12】 12:45~13:30 安井
たのしいエアロ【14】 13:25~14:15 末村	アクア【28】 13:45~14:15 荻野
ボディメンテナンス【14】 14:30~15:15 末村	ワンポイント【12】 14:30~15:30 井濱
ヨガ【14】 15:30~16:20 河内	

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。