

祝日レッスンスケジュール

2022年11月3日(木曜日)

文化の日



営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
◎ヨガ【18】 10:20~11:05 河内	
◇かんたんエアロ【18】 11:15~12:00 河内	♪アクア【28】 11:05~11:35 荻野
♡ボディメンテナンス【18】 12:10~13:00 田中	○はじめて背泳ぎ【12】 11:50~12:20 荻野
◇エアロ30【18】 13:10~13:40 若村	 注目 レッスン!
♣たのしいボール【18】 14:00~14:50 淡川	
◎ルーシーダットン【18】 15:10~16:00 石本	○ワンポイント【12】 14:45~15:45 井濱
♡骨盤ゆらぎ体操【18】 16:15~17:05 石本	☆スイムトレーニング【10】 15:55~16:40 井濱

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。

