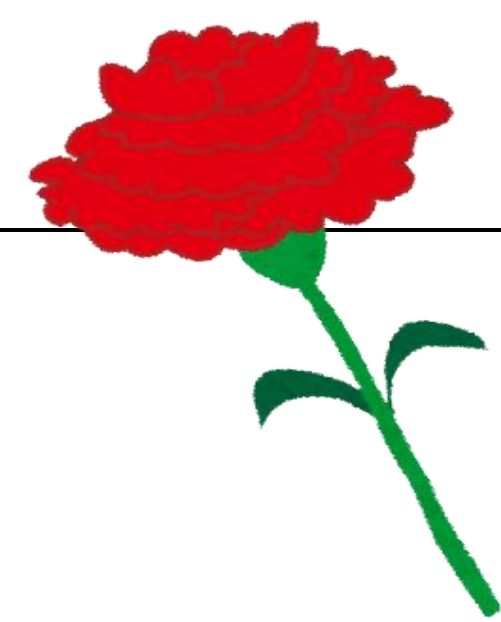





祝日レッスンスケジュール



2023年11月23日(木曜日)

勤労感謝の日

営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
ヨガ【20】 10:20~11:05 河内	プールサイドストレッチ【10】 10:25~10:55 荻野
かんたんステップ【20】 11:15~12:00 河内	ウォーク&アクア【28】 11:05~11:35 岡久
ウェーブリングストレッチ【20】 12:15~13:15 田中	はじめて背泳ぎ【15】 11:50~12:20 井濱
かんたんトレーニング【20】 13:25~13:55 荻野	
Kボクササイズ【15】 14:10~15:00 福田	
動的ストレッチ【20】 15:15~16:05 漆畑	ワンポイント【15】 14:45~15:45 井濱
	スイムトレーニング【12】 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。

