



# 祝日レッスンスケジュール

## 2024年5月3日(金曜日)

### 憲法記念日



## 営業時間 10:00~21:00

### スタジオ

### プール

◎リラックスヨガ【25】

10:20~11:20 マミ

○はじめてクロール【15】

10:30~11:00 叶夢

♪ウォーク&ジョグ【30】

11:10~11:40 叶夢

♠DANCE GROVE

11:35~12:35 田中

【有料】初級教室<<8>>

11:50~12:35 叶夢

◇ZUMBA【25】

13:00~13:45 笹川

○ワンポイント【15】

13:15~14:00 荻野

◎ヨガ

14:00~14:50 高城

♪アクアズンバ【30】

14:15~14:45 笹川

♣青竹&コアトレ

15:00~15:45 高城

♣動的ストレッチ

15:55~16:40 漆畑



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。

