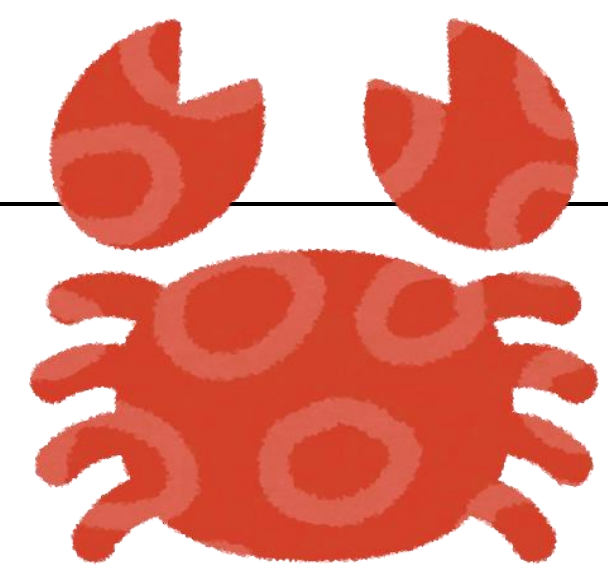


祝日レッスンスケジュール

2024年8月12日(月曜日)

振替休日



営業時間 10:00~21:00

スタジオ

プール

◎リラックスヨガ【20】

10:20~11:05 修安

♪アクア【30】

10:30~11:00 荻野

♡背骨コンディショニング【20】

11:20~12:20 修安

○初心者水泳【15】

11:15~12:00 越田

○ワンポイント【15】

12:10~12:40 越田

♣ウォークドрил【20】

12:35~13:20 漆畑

○エンジョイスイム【15】

13:15~13:45 叶夢

♡寝ながらゆらリズム体操【20】

13:35~14:35 荻野

♪アクア45【30】

14:00~14:45 叶夢



♠やさしいバレエ【25】

15:00~16:00 春城

♡ボディメンテナンス【20】

16:15~17:15 田中



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。

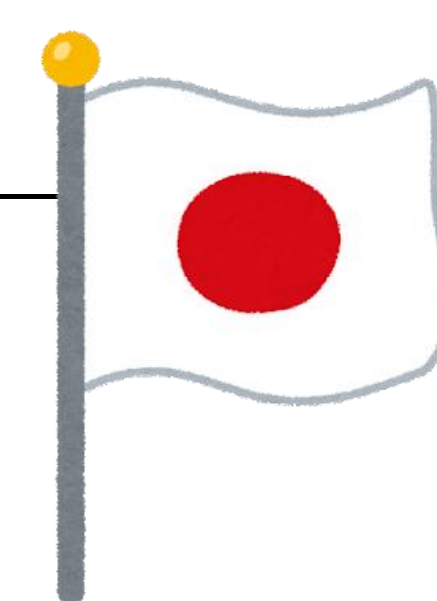




祝日レッスンスケジュール

2024年8月11日(日曜日)

山の日



営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
◎気功ニューロン体操【20】 10:20~11:05 修安	♪アクア45【30】 10:30~11:15 叶夢
♣ウォーク&ストレッチ【20】 11:20~11:50 修安	○ワンポイント【15】 11:25~12:10 叶夢
♡背骨コンディショニング【20】 12:00~13:00 修安	○エンジョイスイム【15】 12:20~12:50 叶夢
◇SALSATION®【25】 13:10~14:10 amy	
♣ボディメイク【25】 14:20~15:10 松本	
◇たのしいエアロ【25】 15:20~16:10 田中	☆プールサイドコンディショニング【10】 15:20~15:50 松本
	♪アクア【30】 16:00~16:30 松本
♡バレエ【25】 16:25~17:25 サチー	
♣フリースタイルダンス【25】 17:40~18:40 田中	



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。

