

祝日レッスンスケジュール

2025年2月24日(月曜日) **振替休日**
振替休日

営業時間 10:00~21:00

スタジオ

◎朝ヨガ【20】

10:20~11:05 修安

♡にこにこ健康運動【25】

11:20~11:50 若村

♣かんたんボールエクササイズ【20】

12:05~12:35 末村

◇たのしいエアロ【25】

12:50~13:40 末村

♡ゆらリズム体操【20】

13:55~14:55 荻野

♣ステップ【25】

15:10~15:55 河内

◎ヨガ【25】

16:10~16:55 河内

♡ボディメンテナンス【20】

17:10~18:10 田中

プール

♪アクア【30】

10:30~11:00 若村

○初心者水泳【15】

11:15~11:45 越田

○ワンポイント【15】

11:55~12:40 越田

○エンジョイスイム【15】

13:15~13:45 叶夢

♪アクア45【30】

14:00~14:45 叶夢



**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。**

