

# 祝日レッスンスケジュール

2025年11月24日(月曜日)

振替休日

営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
 ◎やさしいヨガ【20】 10:30~11:15 末村	 ♪水中歩行【30】 10:30~11:00 林
 ◇かんたんエアロ【25】 11:30~12:20 末村	○ワンポイント【15】 11:15~12:00 林
♣ピラティス【25】 12:50~13:40 amy	○エンジョイスイム【15】 13:15~13:45 叶夢
◇SALSATION®【25】 13:55~14:55 amy	♪アクア45【30】 14:00~14:45 叶夢
 ♥ゆらリズム体操【20】 15:10~16:00 荻野	
 ♥ゆったり瞑想タイム【20】 16:15~16:45 荻野	
<b>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。</b>	
 ...初めての方も安心してご参加して いただけます! お気軽にお越しください!	
	