



レッスンスケジュール

2026年1月4日(日曜日)

特別営業日



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	
◇かんたんエアロ【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	
♣ウェープリングストレッチ【20】 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。
<div>・・・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！</div>	

