

5月4日（土） 祝日スケジュール

	Basic	Extra	HOTstudio	プール	
10:00				キッズスイミング 8:10~19:45 8:10~12:35 ※キッズスイミング専用	10:00
10:30					10:30
11:00	エアロシンプル 10:40~11:10 藤波 友子		【女性限定】 骨盤ヨガ 10:30~11:30 tomoco		11:00
11:30					11:30
12:00	ZUMBA 11:30~12:15 miku	リラックスヨガ 11:30~12:15 藤波 友子	【女性限定】 ビューティモヨガ 12:00~13:00 MIWAKO		12:00
12:30					12:30
13:00	エアロCombo 12:35~13:20 水島 葉子	HIIT 13:00~13:15 スタッフ			13:00
13:30					13:30
14:00	BODYCOMBAT 13:40~14:10 スタッフ	ボディメイクヨガ 13:30~14:15 MIWAKO	【女性限定】 リラックスヨガ 13:45~14:45 Mari		14:00
14:30					14:30
15:00	RITMOS 14:45~15:30 山口 けいこ	ヨガ 14:35~15:20 MIWAKO	【女性限定】 ベーシックヨガ 15:25~16:10 Mari		15:00
15:30					15:30
16:00	ZUMBA 15:45~16:30 高橋 真喜				16:00
16:30					16:30
17:00	GRIT 17:00~17:30 村川 学嗣	ヨガ 16:45~17:30 春衣			17:00
17:30					17:30
18:00	BODYCOMBAT 17:50~18:35 村川 学嗣		【女性限定】 リラックスヨガ 18:00~19:00 春衣		18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30					19:30
20:00					20:00
20:30					20:30
21:00					21:00
21:30				21:30	
22:00				22:00	
22:30				22:30	
23:00	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール	23:00