

7/20(月)海の日 祝日スケジュール

	スタジオ1	Pilates Refine	プール	
9:00				9:00
9:30				9:30
10:00	GroupBlast 10:00～10:45 佐藤 睦子			10:00
10:30			アクア 10:15～10:45 小玉 美恵子	10:30
11:00				11:00
11:30	ピラティス 11:00～11:45 河瀬 和美			11:30
12:00				12:00
12:30	ZUMBA 12:00～12:45 里奈			12:30
13:00				13:00
13:30	GroupPower 13:00～13:30 丸岡 昭子			13:30
14:00	ピラティス 13:50～14:35 西澤 実佳	Rhythm reformer 14:00～15:00 木村 美可	スイム多種目 14:00～14:30 浅野 光祐	14:00
14:30				
15:00	骨盤スリム 14:50～15:35 岡野 亮子			15:00
15:30				15:30
16:00				16:00
16:30				16:30
17:00				17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00				19:00
	スタジオ1	Pilates Refine	プール	