

8月11日(火) 祝日スケジュール

		初心者におすすめ	中級者におすすめ	有料スクール		
		スタジオ1	スタジオ2	プール		
9:30					9:30	
10:00					10:00	
10:30		リラックスヨガ 10:00～10:45 おわだ あやこ			10:30	
11:00				アクア 10:30～11:15 植村 有紀子	11:00	
11:30		フラダンス 11:10～11:55 岡本 由美子	骨盤スリム 11:05～11:50 おわだ あやこ		11:30	
12:00					12:00	
12:30		ベーシックエアロ 12:10～12:40 市川 紀江	フラダンススクール 12:05～13:05 岡本 由美子		12:30	
13:00		トータルシェイプ 12:55～13:25 市川 紀江			13:00	
13:30					13:30	
14:00		ストレッチ 13:40～14:10 市川 紀江			14:00	
14:30					14:30	
15:00		Group Power 14:30～15:15 九十九澤 廉 荻原 里果			15:00	
15:30			らくラクススクール ～パワトレ～ 15:10～15:55 おわだ あやこ		15:30	
16:00		UBOUND 15:35～16:05 九十九澤 廉 浜本 彩華			16:00	
16:30					16:30	
17:00		ラテン 16:25～17:10 柳川 純子			17:00	
17:30					17:30	
18:00					18:00	
18:30	★ベーシックエアロ・トータルシェイプ・アクア・ラテン通常レッスンと時間が変更になっていますのでお間違えないようご参加下さい。				18:30	
19:00	スタジオプログラムは全てリザーブ予約制です。 当日空きがあれば予約なしでもご参加いただけます。 営業時間 9:30～19:00 19:00以降のセルフ営業は休館です。				19:00	