

11月3日(火・祝) レッスンスケジュール

11月3日(火・祝) 10:00～20:00				11月3日(火・祝) 25mプール 10:00～19:30					
	スタジオ1	スタジオ2	プール2F	道路側	1	2	3	4	線路側
10:00				10:00	ゆっくり	はやく	はやく	ゆっくり	あるく
15				15					
30	バレエ 10:25～10:55 杉浦大樹	【有料】 ZUMBA75 イベント 10:20～11:35 榊原央絵	水中ウォーキング 10:40～11:10 関口潤	30					
45				45					
11:00	バレエ 11:10～11:40 杉浦大樹		アква 11:20～11:50 関口潤	11:00					
15				15					
30				30					
45				45					
12:00	UBOUND 12:00～12:45 森口理瑛	ピラティス 11:55～12:40 西沢実佳		12:00					
15				15					
30				30					
45	祝日限定45分レッスン			45					
13:00	Group Blast 13:05～13:50 小川弘之	骨盤スリム 13:00～13:45 のりこ		13:00					
15				15					
30				30					
45				45					
14:00	Group Centergy 13:40～14:10 會田真斗	イーゼーステップ 14:05～14:35 やまたつ	水中ウォーキング 14:15～14:45 浜田ヒロユキ	14:00					
15				15					
30				30					
45	祝日限定追加レッスン!!			45					
15:00		やまたつ★ オリジナルステップ (初中級～) 14:55～15:40 やまたつ	アква 14:50～15:20 浜田ヒロユキ	15:00					
15				15					
30				30					
45	祝日特別レッスン変更! STEP台を使用した 初中級レベルのクラスです★			45					
16:00		Group Power 16:00～16:45 神倉茂樹		16:00					
15				15					
30				30					
45				45					
17:00		Group Fight 17:05～17:50 神倉茂樹		17:00					
15				15					
30				30					
45				45					
18:00				18:00					
15				15					
30				30					
45				45					
19:00				19:00					
15				15					
30				30					
45				45					

営業時間 10:00～20:00 (プールのご利用は19:30まで)

祝日にご利用いただけない会員種別の方は、契約外利用料(1,650円)を頂戴致します。