

11月23日（土）祝日営業日 スタジオ・プールプログラム

	スタジオ	2階ジム	プール			
			無 料	有 料		
10:30	10:15-11:00 ヨガ リラックス Haruka				10:30	
11:00			10:30-11:00 初級 山田	10:30-11:00 中上級 鶴田	11:00	
11:30	11:15-12:00 フラダンス 末吉		11:10-11:40 アクアエクササイズ 鶴田		11:30	
12:00					12:00	
12:30	12:15-13:00 BODYATTACK 佐野				12:30	
13:00					13:00	
13:30	13:15-14:00 UBOUND 田雑				13:30	
14:00					14:00	
14:30	14:15-15:15 フィットネスダンス Risa				14:30	
15:00					15:00	
15:30			15:00-19:30 キッズスイミングスクール		15:30	
16:00	15:30-16:00 ヨガ Risa				16:00	
16:30					16:30	
17:00	16:25-18:30 キッズ体操教室				17:00	
17:30					17:30	
18:00					18:00	
18:30					18:30	
19:00					19:00	
19:30	19:15-20:00 BODYPUMP 武中					19:30
20:00						20:00
20:30			19:50-20:20 ウォーターバレーボール 練習会	20:30		
21:00				21:00		