

4月29日(金・祝) スケジュール

	スタジオ	プール					
		1	2	3	4	5	6
9:00	9:15~10:15 太極拳(初級) 麻生						
10:00	10:25~11:25 ルーシーダットン 舞						
11:00	11:35~12:20 骨盤エクササイズ 酒井						
12:00	12:30~13:30 パワーアップヨガ60 酒井						
13:00	13:45~14:25 ローインパクトエアロ 酒井						
14:00	14:35~15:35 エンジョイフラ(初級) プアアロハ岩本						
15:00							
16:00							
17:00	17:25~18:05 ローインパクトエアロ 平井						
18:00	18:15~18:45 アロマストレッチ 平井						
19:00	19:00~20:00 バレエ 田中						
20:00							
21:00	21:00 閉館						

担当変更

時間変更

時間変更

リラクゼーション・調整系

その他

エアロビクス

太極拳

ダンス系

アクア系

50mコース

25mコース

歩行優先コース

利用時間 20:45