

3月21日（金）祝日レッスン

	第1スタジオ		第2スタジオ		プール
9:00					9:20~9:50 はじめてアクア 三笠 智恵子
10:00	9:45~10:45 健美操 加奈子 予約				
11:00	11:00~11:30 グループパワー 八木 宏平		11:00~11:45 ベリーダンス 鈴木 絵美子		
12:00	12:00~12:30 はじめてSTEP 辻 美江 予約				12:25~12:55 やさしいアクア 伊藤 清美
13:00	12:50~13:35 ベーシックエアロ 辻 美江				13:05~13:35 パワーダンス 伊藤 清美
14:00	13:45~14:45 ヨガ60 山本 麻子 予約		13:50~14:40 シェイプエアロ 川名 絵里子		13:45~14:15 アクアビクス1.2m 平沼 里江子 予約
15:00	15:00~16:00 エンジョイフラ プアクーレア三浦		15:00~15:45 ストレッチ KEN		14:25~14:55 ジョイフロート 2.0m 平沼 里江子 予約
16:00	16:10~17:10 ジャズ HIPHOP KEN				
17:00			17:15~19:20 キッズスクール (ダンス教室)		
18:00	18:00~19:00 ヨガ60 香川 さおり				
19:00	20:00閉館				

エアロビクス系	格闘技系	筋力トレーニング系	ダンス系	リハビリ・リョウ 調整系	太極拳・気功系	その他	有料レッスン
---------	------	-----------	------	-----------------	---------	-----	--------