

# スタジオ・アクアレッスンスケジュール

12月29日（月）

12月30日（火）

	スタジオ	プール
10:00	10:15~11:15 ヨガ60 清水 千絵	
11:00	11:25~12:25 バレトン 竹内 礼子	
12:00	12:35~13:15 ボディメイク 川名 絵里子	
13:00	13:25~14:05 ローインパクトエアロ 川名 絵里子	中村 知恵子 13:10~13:40 ウォーキング 13:50~14:20 アクアビクス
14:00	14:15~15:15 ヨガ60 森 由希子	
15:00	15:25~16:25 エンジョイフラ ラニカーラエ高梨	
16:00	16:40~17:40 ZUMBA TSUKASA	
17:00		
18:00		
18:30施設利用終了 19:00閉館		

	スタジオ	プール
10:00	10:15~11:05 ヨガ50 川名 絵里子	
11:00	11:15~12:15 太極拳 大谷 なほみ	10:30~10:45 プチウォーク 10:55~11:25 アクアビクス まみ
12:00	12:25~13:25 インターエアロ 友吉 正美	
13:00	13:35~14:35 ヨガ60 森 由希子	
14:00	14:45~15:30 ボールエクササイズ 村上 靖和	
15:00	15:40~16:25 ボディメイク 村上 靖和	
16:00	16:40~17:40 ピラティス60 MEGUMI	
17:00		
18:00		
18:30施設利用終了 19:00閉館		

エアロビクス系	ダンス系	パワー系	調整系	リラクゼーション	アクア系
---------	------	------	-----	----------	------

《12月29日（月）、30日（火）の営業時間》  
 10:00開館～18:30施設利用終了 19:00閉館  
 ※ファミリー会員を除く、全会員区分の方にご利用頂けます。