

3月21日（木）祝日レッスン

	スタジオ		プール
10:00			
11:00	11:00~11:40 ローインパクトエアロ 石川 広明		10:30~12:20 成人スクール ※6・7コースはご利用頂けません。
12:00	11:50~12:50 インターエアロ 石川 広明		
13:00			
14:00	14:00~14:30 はじめてSTEP 村上 靖和 		
15:00	14:40~15:10 ボディメイク 村上 靖和 		
16:00	15:20~16:20 骨盤エクササイズ 村上 靖和 		15:00~18:30 キッズスクール専用
17:00	17:00~18:30 キッズスクール 空手		※15:00~18:30までは 全コースご利用頂けません。 18:30以降は一部 スクールコース専用となります。
18:00			
19:00			
19:30施設利用終了 20:00閉館			

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