

9月23日（金・祝） 祝日特別レッスンスケジュール

		金曜日				
		スタジオ	プール			
			9:00~18:30			
9:00			時間変更! 9:15~9:45 アクア Fun 立石 正美		9:00	
	9:30~10:15 太極拳 武藤 安希恵				10:00	
10:00			12:30~13:00 パワーダンス30 (定員35名) 吉田 由美子		10:00	
	10:45~11:30 ピラティス Myu				11:00	
11:00			13:05~13:35 流水タイム		11:00	
	11:45~12:30 ZUMBA®① TSUKASA				12:00	
12:00			13:05~13:35 流水タイム		12:00	
	12:40~13:25 ZUMBA®② TSUKASA				13:00	
13:00			13:05~13:35 流水タイム		13:00	
	13:40~14:25 ヨガ 坂井 結美				14:00	
14:00			13:05~13:35 流水タイム		14:00	
					15:00	
15:00			13:05~13:35 流水タイム		15:00	
					16:00	
16:00			13:05~13:35 流水タイム		16:00	
					17:00	
17:00			13:05~13:35 流水タイム		17:00	
					18:00	
18:00			13:05~13:35 流水タイム		18:00	
					19:00	
19:00		19:00閉館		19:00		