

9/19(月)祝日レッスンスケジュール

		月曜日				
		スタジオ		プール		
				9:00~18:30		
9:00					9:00	
	9:30~10:15					
10:00	骨盤エクササイズ かなえ				10:00	
	10:30~11:15					
11:00	ヨガ かなえ				11:00	
	11:45~12:30					
12:00	アロマリラックス かなえ				12:00	
13:00					13:00	
				12:15~12:45 ウォーキング&ストレッチ 高木 智子		
				12:55~13:25 アクアピクス 高木 智子		
14:00	13:55~14:25 ストレッチ 富山 真希				14:00	
	14:35~15:20 ジャズダンス 富山 真希					
15:00					15:00	
16:00					16:00	
17:00					17:00	
18:00					18:00	
				18:30まで		
19:00		19:00閉館			19:00	

変更プログラム

※スタジオ・アクアレッスンに変更はございません。