

10/10(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		
				12:15~12:45 ウォーキング&ストレッチ 高木 智子			
13:00				12:55~13:25 アクアピクス 高木 智子	13:00		
14:00	13:55~14:25 ストレッチ 富山 真希			14:45~	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		
		19:00閉館					

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。