

12/29(木) レッスンスケジュール

木曜日			
スタジオ	プール		
	9:00~19:30		
9:00	プール	9:00	
9:30~10:15 ピラティス 峯岸 明美		10:00	
10:30~11:15 ヨガ 林 水無		11:00	
11:45~12:30 やさしいバレエ 遠藤 羽希子		12:00	
		12:20~12:50 アクアビクス 立石 正美	
13:00~13:45 ピラティス はるか		13:00~13:30 アクアサーキット 立石 正美	13:00
			14:00
14:15~15:00 ベリーダンス はるか			15:00
			16:00
			17:00
			18:00
18:30~19:00 バレトン 吉野 朋子			18:00
19:10~19:40 ストレッチ 吉野 朋子			19:00
		19:30まで	
20:00	20:00閉館	19:00	