

## 2月11日(土) 祝日レッスン

	スタジオ	プール
9:00	キッズスクール (ジュニアバレエ)	
10:00	10:10~10:50 ローインパクトエアロ AKEMI	
11:00	11:05~11:50 ZUMBA® AKEMI	
12:00	12:10~12:55 ピラティス45 AKEMI	12:05~12:35 ★パワーダンス 多賀久江
13:00	13:20~14:05 エンジョイフラ45 プアラレア酒井	12:45~13:15 ★ジョイフロート 多賀久江
14:00	14:30~15:00 ボールエクササイズ30 菅野博美	13:25~13:55 ★ウォーキング&ジョギング 多賀久江
15:00	15:15~15:45 はじめてエアロ 菅野博美	
16:00	16:00~16:45 ボディメイク45 坂井結美	16:15~16:45 アクアブートキャンプ 田沼栄一
17:00	17:00~17:45 ヨガ45 坂井結美	16:55~17:25 AQUA ZUMBA® 田沼栄一
18:00		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 現在、コロナ対策として時間、定員に制限を設けています。</li> </ul>
19:00		
	20:00閉館	

★印は予約が必要となります。

スパ&スポーツ ユア-北国分  
TEL.047-371-1515